

شماره ۳۸۰۲
چهارشنبه ۳ مرداد ۱۳۹۷
بها ۲۰۰۰ تومان



حمید محمدی، مجری
رفتم کوهنوردی مجری رادیو شدم!

می‌خواستم زهر چشم بگیرم
فرصت طلایی زندگی من
خوش یمنی یک تولد

آنچه توانسته‌ایم لطف خدا بوده است

بانک پاسارگاد
بانک هزاره سوم

بانک پاسارگاد

بانک پاسارگاد در راستای ایفای مسئولیت‌های اجتماعی خود، اقداماتی مانند پاسداری از محیط زیست و حمایت از هنرمندان، ورزشکاران، دانشگاهیان و فرهنگیان را سرلوحه فعالیت‌های خود می‌داند

- دریافت تندیس سیمین جایزه ملی تعالی سازمانی
- تندیس زرین و نشان جایزه ملی مدیریت مالی ایران
- بانک برتر اسلامی سال ۲۰۱۷ بر اساس ارزیابی نشریه بنکر
- دریافت گواهینامه ملی رعایت حقوق مصرف‌کنندگان
- معرفی به عنوان بانک برتر جمهوری اسلامی ایران در شش سال توسط مؤسسه بین‌المللی بنکر
- بانک پیشرو و قهرمان صنعت در ۳ دوره متوالی
- دریافت جایزه محیط زیست و بانک سبز
- کسب عنوان سازمان دانشی برتر به انتخاب جایزه جهانی MAKE برای چهار سال پیاپی
- برترین بانک ایران بر اساس ارزیابی مؤسسه یورومانی در سه سال متوالی
- تنها بانک ایرانی در بین ۱۰ برند برتر بانکی در خاورمیانه بر اساس ارزیابی مؤسسه بین‌المللی بنکر
- دریافت تندیس زرین جایزه سازمان بهره ور و تندیس ملی بهره‌وری
- دریافت گواهینامه ISO10002 در حوزه رسیدگی به شکایات مشتریان
- دریافت گواهینامه ISO10004 در حوزه سنجش رضایتمندی مشتریان
- دریافت تندیس سازمان بهره‌ور در جشنواره بهره‌وری برای سه سال پیاپی
- کسب نشان برنز ٤ ستاره تعالی منابع انسانی
- دریافت گواهی نامه و نشان بین المللی نوآوری درجه یک الماس IUI5002 از سوی اتحادیه بین المللی اختراعات و نوآوری های صنعتی در خصوص بانکداری مجازی در سال ۲۰۱۱
- کسب افتخارات و جوایز متعدد دیگر در سطح داخلی و بین‌المللی





www.bpi.ir

بسم الله الرحمن الرحیم

در این شماره می خوانید:

صاحب امتیاز: شرکت ایرانچاپ (موسسه اطلاعات)
مدیر مسوول و سردبیر: فتح الله جوادی
معاون سردبیر: سید احمد شهابی
معاون فنی و ناظر چاپ: کریم ملکی
صفحه‌آرا: حمید دانش‌اندوز ـ مهدی اسماعیلی
ویراستار: مریم نیک پور/حروفچین: مریم شیرانی
نشانی: تهران - بلوار میرداماد - خیابان نفت جنوبی (تابان غربی) - پلاک ۸ - مجله اطلاعات هفتگی
کدپستی: ۱۵۴۹۹۵۳۱۱۱
روابط عمومی: نیلوفر گردان - تماس:
(از شنبه تا چهارشنبه - ۸ الی ۱۶) ۲۹۹۹۳۴۰۴-۲۲۲۲۶۲۲۶
نمابر: ۲۲۲۷۱۸۱۳ Email: haftegi@ettelaat.com
آگهی ها: ۱۸-۲۲۲۵۸۰۱۴ نمابر آگهی: ۲۱ و ۲۲۲۵۸۰۱۹
آبونمان: ۲-۲۹۹۹۳۴۷۱ چاپ از ایرانچاپ تلفن: ۲۹۹۹۹
تلگرام مجله: ۰۹۳۰۴۷۴۰۲۸۹

ولادت باسعادت امام رئوف، هشتمین اختر تابناک آسمان امامت و ولایت، ضامن آهو، شمس‌الشموس، حضرت رضا(ع) بر همه هموطنان عزیز به ویژه خوانندگان ارجمند مجله اطلاعات هفتگی مبارک و فرخنده باد

هر کس اندوه مومنی را برطرف کند، خداوند در قیامت اندوه قلبش را برطرف می سازد • امام رضا(ع)

یادداشت هفته

این فقر بدتر است

محمد امین جوادی

در احادیث و در سخنان بزرگان آمده است که در هنگام گرفتاری صدقه بدهید. یعنی درست در وقتی که دستتان تنگ است کمک کنید تا مشکل شما حل شود. در ظاهر تناقضی در این توصیه نهفته است. وقتی دستمان تنگ است چگونه صدقه بدهیم؟ یعنی از آنی که هستیم فقیرتر شویم؟ حکمتی در این کار نهفته است. می گویند اتفاقاً در هنگام گرفتاری برای رفع گرفتاری صدقه بدهید و نترسید. این روزها وقتی از این و آن از گرفتاریها و مشکلات می‌شنویم بیشتر یاد این عبارت می‌افتیم. چقدر خوب است که ما در همین دوره گرفتاری و سختی به فکر دستگیری بیفتیم. یکی از دوستان تعریف می کرد که صاحبخانه ما وقتی برای تمدید اجاره پیش او رفتم در کمال تعجب به من گفت می‌دانم که کارمندی و مشکلات زندگی‌ات بیشتر شده، فرزندی هم در راه داری. امسال با همان کرایه سال گذشته همین جا بمان. تعجب کردم. از مبلغ ودیعه نیز دو میلیون تومان به من برگرداند و گفت خرجت زیاد است، وقتی داشتی برگردان. اشک در چشمانم نشست. می‌خواستم دستش را ببوسم. صورتم را بوسید و گفت در وقت تنگدستی باید به فکر همدیگر باشیم. جالب اینکه آدم پولداری هم نیست و می‌دانم که با حقوق بازنشستگی زندگی می کند و با داشتن فرزند و نوه و رفت‌وآمدهای معمول درآمد حاصل از اجاره برایش مهم است. اما با این وجود چنین سخاوتمندانه مرا غرق در شادی کرد. نشاطی که پیدا کردم و اشک در چشمانم نشاند، ارتباطی با مسائل مالی و مادی نداشت. به هر حال می توانستم حداقل ده درصد اجاره بیشتر بدهم و تازه خوشحال هم بودم چون صحبت از ارقام بسیار بالاتری در افزایش اجاره‌بها به میان می آید. آنچه که مرا شاد کرد و به من آرامش بخشید، دیدن رفتارهایی است که در دوران قحطی عاطفه به روح انسان روشنی و آرامش می بخشند...

حرف و سخن دوستم بی‌اختیار چشمان مرا هم خیس کرد. چقدر ما امروز به چنین روحیاتی نیازمندیم. چقدر جامعه ما نیازمند لذتهایی است که با لذتهای منقلب امروز تفاوتهای ماهوی و اساسی دارد و چقدر همه ما به این نوع نگاه محتاجیم. اتفاقاً در همین دوره و زمانه‌ای که می گویند بی‌رحمی و سنگدلی حرف روز شده است. تردید نباید کرد که در یک جامعه بی‌رحم و بی‌عاطفه هیچکس لذت نمی‌برد. همه آزار می‌بینند. اصولاً این نگاه آزارنده است. فرهنگی که می‌گوید چه کسی به من رحم کرده که من به تو رحم کنم، فرهنگ قشنگی نیست. اتفاقاً در میانه همه این نامرادیها باید دنبال مراد گشت. حالا وقتی است که ما لذت دیگری را تجربه کنیم. لذت محبت کردن و لذت ایثار و گذشت. حتی اگر خبرهای ریز و درشت مربوط به اختلاس و فساد، تبعیض و نابرابری و سوءمدیریت اعصاب و روان درستی برایمان نگذاشته باشد. حتی اگر اخبار مربوط به گرانی هر روزه دلار و قیمت سکه عصبانیمان کند. حتی اگر دغدغه‌ها و تشویشهای ناشی از نوسانات و تکانه‌های اقتصادی و اخبار نامطلوب تنشهای سیاسی محاصره‌مان کرده باشد. حتی اگر شاهد باشیم که منفعت‌طلبی زیر گوشمان نشسته و مرتب مشغول پچ‌پچهای شوم است. به حرف هیچکدام گوش نسپاریم. در همین شرایط دل زنگار گرفته را جارو بزنیم. در هنگام گرفتاری صدقه بدهیم. وقتی دستمان تنگ است دست بگیریم. اگر جامعه بی‌رحم است و یا اگر روابط اقتصادی و اجتماعی مرگ عاطفه را فریاد می‌زند، ما به همدیگر رحم کنیم. اینطوری دنیا قشنگتر است. فقیر نمی‌شویم. یقین کنید که فقیر نمی‌شویم. ما فقیر چیزهای دیگری هستیم متأسفانه. فقر عاطفه، مهربانی، محبت و همدلی بسیار بدتر و آزاردهنده‌تر از فقر خانه و زندگی و حساب بانکی است. نگذاریم در این زمینه فقیر شویم. این فقر گزنده‌تر است.

نامه‌های بی‌واسطه

روزهای نفسگیر مطبوعات

مشکلات اقتصادی، معیشتی و افزایش حداقل دو برابری قیمت کاغذ باعث شده قیمت روزنامه‌ها و مجلات هم مانند بقیه اجناس گران شود. از این رو با افزایش قیمت مطبوعات و کاهش قدرت خرید مردم، آنها هم کمتر به سراغ روزنامه‌ها و مجلات می‌روند و برای کشوری که مسئولانش مدام درباره فرهنگ مطالعه تأکید و تأیید می‌کنند، بسی ناپسند است که شاهد افُت و کاهش مطالعه در کشور باشیم. مشکلات ارزی و ریالی و تحریم در کشور باعث ورشکستگی و تعطیلی برخی روزنامه‌ها و بیکاری عده‌ای از همکاران مطبوعاتی می‌شود. بی‌توجهی مسئولان به مشکلات مالی و گرفتاری‌های فراوان برای چاپ نشریات و بقاء عمر آنان مایه تأسف و شرمساری است. نامهربانی و کم‌توجهی یا بی‌توجهی به مشکلات نشریات باعث شده شاهد روزهای سخت و نفسگیر مطبوعاتی‌ها باشیم. مسئولان تا کی قرار است دست روی دست بگذارند و فقط نظاره‌گر باشند؟

علی اکبر فرقانی ـ خبرنگار اجتماعی اطلاعات هفتگی

ضرر هنگفت به‌دلیل قطعی برق

در ارومیه هر روز در دو نوبت صبح و عصر با قطعی برق مواجه هستیم. صبحها از ساعت ۹ تا ۱۲ و عصرها از ساعت ۶ تا ۸. یعنی درست در زمانی که هوا قدری خنک و زمان مناسب کار کردن است. درحالی که هیچکس هم پاسخگو نیست! حالا تقصیر من نوعی چیست که به‌خاطر قطعی مکرر برق و حاضر نشدن به‌موقع سفارش مشتری باید متحمل ضررهای هنگفت بشوم؟ از مسئولین تقاضای عاجزانه دارم که برای این مشکل فکری بکنند.

آرمین سفیدیان ـ ارومیه

صبوری کن و نیا

ای یادگار محمد رسول الله، صبوری کن و نیا!
اگر به التماس ما بیایی، مجبور می‌شوی نفرینمان کنی! هوا مساعد نیست، نیا... روزگاری شده که سردمداران به حکومت فریفته می‌شوند. دلمشغولی فراوان است و هر کس به بازیچه‌ای مشغول. نفس امّاره سوار بر مرکب است و نمی‌گذارد.
دل بستگیها آنقدر فراوانند که حق دیگران به حیله داده نمی‌شود. خوشیهای روزگار چنان زیاد شده‌اند که فریفته می‌کنند آدم را. در گفتار هم کم‌فروشی می‌شود. وقتی باید از حقی دفاع کنند، سکوت می‌کنند. هنگامی که باید سکوت کنند، زر ناب به مس بدل می‌کنند. ...کم داریم خردمندانی که شیفته قدرت نشده باشند. هوا مساعد نیست. مجبور می‌شوی نفرینمان کنی! صبوری کن نیا.

عباس عابدساوجی

فرصتی باقی نمانده است

به نظرم، با تغییر و تعویض و ترمیم کابینه دولت، ایران سالها به عقب برمی‌گردد چراکه اگر قرار باشد در ماه‌های آینده ۱۰۰ تا شهردار عوض شود، چندتا وزیر و دهها مدیر کل و مدیر و سفیر و غیره و تغییر و تحولی کلی به‌وجود بیاید، تمام کارهای اجرایی در دست اقدام در همه زمینه‌ها تا سالیان سال به‌صورت تعلیق درمی‌آید و کشور به کلی دچار بحران می‌شود؛ چراکه نفراتی که قرار است جای افراد بر کنار شده را بگیرند، قطعاً سالها طول می‌کشد تا بتوانند مهره‌های خود را یا به‌قول مربیان فوتبال ارنج خود را بچینند و با کار آشنایی پیدا کنند. آن وقت دیگر مملکت را آب برده و ملتش را خواب!
امید است که هرچه سریع‌تر افرادی شایسته با رای مردم برای پیشبرد و توسعه کشور در کابینه دولت به کار گرفته شوند، نه اینکه با رابطه‌بازی و خانوادگی انتخاب شوند چون دیگر نه فرصتی است و نه ملالی.

اکبر بزرگمهر ـ خبرگزاری افلاک لرستان

پاکنویس ریاضیات

ساعت ریاضیات بود. دو دفتر حساب و هندسه روی میز آماده بازدید دبیری بانظم و سختگیر که نمره آن به نمره امتحان نهایی کمک می‌کرد. یکی از همکلاسیها هیچ دفتری روی میزش نبود. ما در دبیرستان ذوقی، انتهای چهارراه عباسی خاکی درس می‌خواندیم. دبیر با نگاه نافذش نگاهی به او انداخت و گفت:
برای هفته آینده با پاکنویس سر کلاس بیا...!
من نمره‌ام را از دفترها گرفته بودم. دوست همکلاسی نیم‌نگاهی به من داشت. دو دفتری را که با خودنویس بسیار تمیز نوشته بودم، به او دادم. هفته‌ها مثل همیشه چون برق و باد گذشت. او پاکنویس ریاضیات را تحویل استاد داد و نگاهی غمگین و افسرده همراه با سکوت در چهره‌اش نمایان بود. پرسیدم: چرا ناراحتی؟ شما که نمره خوبی گرفتی... گفت: بله ولی امروز وقتی می‌آمدم پاکنویسهای خودم در کیفم بود و پاکنویس امانتی شما در دستانم. در پریدن از جوی آب، هر دو پاکنویس شما در آب افتاد. جملات را به‌سختی بیان می‌کرد. گفتم: اصلاً ناراحت نباش. چهره‌اش شاد شد و به پاس مهربانی مرا بوسید که خاطره آن هنوز برایم لذت‌بخش مانده است.
هر کس می‌تواند هر لحظه که بخواهد برای دوستان شادی ایجاد کند و شرایط را تغییر دهد.
مورد محبت قرار گرفتن بزرگترین لذت دنیاست.
چه خوب است همه ما در همه زمینه‌ها به هم کمک کنیم تا خاطره‌ای همچون پاکنویسها فراموش نشود.

سیدکمال سیدمحمود ـ تهران

نامه به سردبیر

با سلامی گرم و صمیمی خدمت همه شما خوانندگان خوب و ارجمند مجله اطلاعات هفتگی و با تبریک ولادت باسعادت هشتمین امام همام حضرت امام رضا(ع) و با این درخواست همیشگی از شما خوانندگان عزیز که در همه ارتباطات کتبی یا اینترنتی و تلگرامی از ذکر نام، نشانی و بویژه شهر و دیار خویش دریغ نفرمایید.

***

✽ بهمن رضایی ـ ارومیه
متقابلاً بنده هم به خوانندگان عزیزی چون شما افتخار می‌کنم که اینچنین بااحساس از بنده و همکارانم یاد کرده‌اید. از اینکه مجله تا این اندازه موردپسند شما قرار گرفته بسیار خوشحالم و برایتان آرزوی توفیق و سلامتی دارم.

✽ محمد احمدوند ـ ملایر
دو مقاله پژوهشی از شما مدرّس محترم دانشگاه به دستم رسیده است که به عنوان یکی «حیا، گمشده جامعه ایرانی» و دیگری «ده نکته برای داشتن یک زندگی بهتر» است. به‌خاطر حجم مقالات، به بخش تحریریه ارسال شد تا در صفحات دیگر مجله مورد استفاده قرار گیرد. برای شما دانشگاهی عزیز آرزوی توفیق دارم.

✽ غلامعلی چریکی ـ گچساران
امیدوارم لوح تقدیر و یادگاری مجله به دستتان رسیده باشد. از ابراز لطفتان سپاسگزارم و کدپستی جدیدتان را نیز آرشیو کرده‌ایم. موفق و سربلند باشید.

✽ مهشید اصحابی
از اظهار لطف شما نسبت به مجله سپاسگزارم. پیشنهاد شما را به طراح جدول منتقل خواهم کرد.

✽ مصطفی سریانی ـ قم
صفحه تعبیر خواب معمولاً هر هفته چاپ می‌شود. ممکن است یکی دوبار در هر چند وقت از انتشار جابماند، اما معمولاً در مجله جای ثابتی دارد. ضمناً همواره با خوانندگان صادق بوده‌ایم. خوشحال می‌شوم بگویید کجا بی‌صداقتی دیده‌اید.

✽ حاج علی اخوان ـ آمل
نامه شما همشهری گرامی به دستم رسید. همچنان بر سر همان پیشنهاد هستم و در آینده‌ای نزدیک چنین صفحه‌ای را راه‌اندازی خواهیم کرد. منتها برای ۷۵ سالگی مجله البته کمی دیر شده است چون عمر نشریه در حال حاضر بیش از اینهاست، اما با این همه می‌توان یک صفحه از صفحات مجله را به این امر اختصاص داد. در مورد پاورقی ایرانی و خلاء وجود آن در مجله نیز حق با شماست به هر حال برنامه‌هایی در این زمینه داریم. برای شما خواننده قدیمی و دیرپای مجله آرزوی توفیق دارم.

سمیه داوودبیگی
beigi_somayeh@yahoo.com

آفریدگار خود باش



هر آدمی برای آفریده شــدن به دو آفریدگار محتاج است
اول خدا و دوم خود.
اول بار خدا می‌آفرینند و پس از آن تویی که هر روز باید خود را بیافرینی.
گلـی داری که اول بار در دسـتان خداورز داده شـد و پـس از آن تویی که هر روز باید گلت را در دسـتان خود ورز بدهی. بتراشــی و بفشاری و اضافات را بگیری و بر کاستیها بیفزایی.این افزودنها و کاستنها و زدودنها و پیراستنها،فقط به دست خودت ممکن است که هر کس باید دست ساز خودش باشد که اگر دیگری شکلت دهد با خود غریبه خواهی شـد،خودت را نخواهی شناخت و بیگانگی با خود شکنجه‌ای تلخ است.گاهی گلت را باید نرم و نمناک کنی به آهی و به اشکی و به دردی و به دعایی تا منعطف باشـی و شـکل پذیر وگرنه سنگ می‌شوی و بت می‌شوی و سنگتراشی و بت شـکنی دشوارتر است... از گل خود چیزی بساز، هر روز شبیه‌تر به انسان، پیش از آنکه دیگران تو را به شکل و شمایل و قد و قواره هر چیز در آورند.
آفریدگار خود باش. این فرصت و اجازه ای است که خداوند بر تو بخشیده است.

یک دزد بهتر از سه دزد

ناصرالدین شـاه شـیری داشت که هر هفته یک گوسـفند جیره داشت؛ به شاه خبر دادند که چه نشسته‌ای که نگهبان شیر، یک ران گوسفند را می‌دزدد.



شاه دسـتور داد نگهبانی مواظب اولی باشد، پس از مدتی آن دو با هم ساخت و پاخـت کردند و علاوه بـر اینکه هر دو ران گوسـفند را می‌دزدیدند، دل و جگرش را هم می‌خوردند.
شـاه خبردار شـد و یکی از درباریها را فرسـتاد کـه نگهبان آن دو باشـد، این یکی چـون درباری بـود، دو برابر آن دو برمی‌داشـت؛ پس از مدتی به شـاه خبر دادند: جناب شـاه، شـیر از گرسنگی دارد می‌میرد.جستجو کردند و دیدند که این سه با هم ساخته‌اند و همه اندامهای گوسفند را می‌برند و شـیر بیچاره فقط دنبه گوسـفند برایش می‌ماند. ناچار هر سـه را کنار گذاشت و گفت: اشتباه کردم، یک نگهبان دزد بهتر از سه نگهبان دزد بود...

هر دو می‌گذرند

به پاهای خودت موقع راه رفتن نگاه کن... یکی جلو هست و یکی عقب...
نه جلویی به خاطر جلو بودن مغرور می‌شـود، نه عقبی چون عقب هسـت شرمنده و ناراحت...چون می‌دانند شرایطشان مدام عوض می‌شود...
روزهای زندگی ما هم دقیقا همین حالت است...
دنیا دو روز است...
روزی با تو، روزی علیه تو...
روزی که با تو هست، مغرور نشو...
روزی که علیه تو هست، ناامید نشو...
هر دو می‌گذرند



عبدالامیر اسداله زاده، شوشتر

عشق، محبت، بخشش

روزی پسری غمگین نزد درختی خوشحال رفت و گفت:
من پول لازم دارم! درخت گفت: من پول ندارم ولی سیب دارم. اگر می‌خواهی می‌توانی تمام سیبهای درخت را چیده و به بازار ببری و بفروشی تا پول به دست آوری.
آن وقت پسـر تمام سـیبهای درخت را چید و بـرای فروش برد. هنگامی که پسـر بزرگ شـد، تمام پولهایش را خـرج کرد و نزد درخت بازگشت و گفت: می‌خواهم یک خانه بسازم ولی پول کافی ندارم که چوب تهیه کنم.
درخـت گفت: شـاخه‌های درخت را قطع کن. آنهـا را ببر و خانه ای بسـاز. و آن پسر تمام شاخه‌های درخت را قطع کرد. آن وقت درخت شـاد و خوشحال بود. پسـر بعد از چند سال، بدبخت‌تر از همیشـه برگشـت و گفت: می دانی؟ من از همسر و خانه‌ام خسته شـده‌ام و می‌خواهم از آنها دور شوم، اما وسیله‌ای برای مسافرت ندارم.
درخت گفت: مرا از ریشه قطع کن، میان مرا خالی کن و روی آب بینداز و برو. پسـر آن درخت را از ریشـه قطع کرد و به مسافرت رفت. اما درخت هنوز خوشحال بود.
شما چطور دوسـتان؟ آیا حاضرید دوسـتانتان را شاد کنید؟ آیا حاضرید برای شـاد کردن دیگران بها بپردازید؟ آیا پرداخت این بها حد و مرزی دارد؟ مسـیح(ع) فرمود: بهترین دوسـت کسی است که جان خود را فدا کند.
آیا شما حاضرید به خاطر خوشبختی و شادی کسی حتی جان خود را فدا کنید؟ آیا کسی را بی قید و شرط دوست دارید؟ چند نفر؟ عیب جامعه این اسـت که همه می‌خواهند فرد مهمی باشـند ولی هیچکس نمی‌خواهد انسان مفیدی باشد.
درختان میوه خود را نمی‌خورند،
ابرها باران را نمی‌بلعند،
رودها آب خود را نمی‌خورند،
چیزی که برگها دارند، همیشه به نفع دیگران است.
اوشـو: همه آنچه کـه جمع کـردم برباد رفت و همـه آنچه که بخشـیدم، مال من ماند. آنچه که بخشـیدم هنوز با من اسـت و آنچه که جمع کردم از دسـت رفت. در واقع انسـان جز آنچه که با دیگران تقسـیم می کند، چیزی ندارد. عشـق، پول و مال نیست که بتوان آن را جمع کرد. عشـق، عطر و طراوتی اسـت که باید با دیگران تقسیم کرد. هر چه بیشتر به دست می‌آوری، هرچه کمتر می‌بخشی، کمتر داری.
زیگ زیگلار: محبت، یعنی دوست داشتن مردم، بیش از استحقاق آنها.این دقیقاً کاری است که خدا با ما کرده...
کدامیـک از ما می‌تواند با جرأت بگوید که من لیاقت داشـتم که خدا من را دوست داشته باشد؟

بزرگ‌ترین عیب آن است که از عیب خود آگاه نباشیم
• توماس کارلایل

ایران و جهان

* رهبر معظم انقلاب در دیدار دست‌اندرکاران حج: ریشه رژیم جعلی صهیونیستی کنده خواهد شد
* دکتر هاشمی وزیر بهداشت: فشارهای اقتصادی ناشی از برخی ناکارآمدی هاست
* ظریف وزیر امور خارجه: اروپا به حرف بسنده نکند، اکنون نوبت عمل است
* واعظی رئیس دفتر رئیس‌جمهوری: رئیس‌جمهوری در حال بررسی تغییرات در کابینه است
* با رای مجمع تشخیص مصلحت نظام: سپنتا نیکنام به شورای شهر یزد بازگشت
* وزیر نیرو: وزارت امور خارجه پیگیر حقابه سیستان از رودخانه هیرمند است
* رئیس سازمان انرژی اتمی از آمادگی ایران برای رسیدن سریع به ۱۹۰ هزار سو غنی سازی خبر داد
* محمدجعفر منتظری دادستان کل کشور: مقصر بدحجابی خود ما هستیم
* آیت‌الله محقق داماد: بحران محیط زیست اخلاقی است
* وزیر اطلاعات از کشف ۲۱ هزار میلیارد تومان فساد اقتصادی در یک سال خبر داد
* دکتر هدایت فهمی معاون آب وزارت نیرو: منابع فوق استراتژیک آبهای ژرف نباید استخراج شود
* آخوندی وزیر راه و شهرسازی: نیمی از ساخت و سازها در حریم تهران غیرقانونی است
* پوتین: نگرانی روسیه نسبت به خروج آمریکا از برجام را به ترامپ گوشزد کردم
* ترکیه و هلند برای از سرگیری روابط دیپلماتیک به توافق رسیدند
* آمریکا از اعتراضهای ضددولتی در عراق حمایت کرد
* پس از دو سال حالت فوق العاده در ترکیه پایان یافت
* ترامپ: خلع سلاح هسته‌ای کره شمالی محدودیت زمانی ندارد
* بوریس جانسون وزیر خارجه مستعفی انگلیس روزنامه نگار شد
* پوتین: تلاش برای انزوای روسیه شکست خورده است
* جاسم آل ثانی، نخست وزیر پیشین قطر: شورای همکاری خلیج فارس فروپاشیده است
* دبیر کل اسبق ناتو: اعتراف می کنم از کودتا اطلاع داشتیم، اما به ترکیه کمک نکردیم
* لوپز اوبرادور، رئیس جمهوری منتخب مکزیک حقوقش را نصف کرد
* کاخ سفید دستور مذاکره با طالبان را صادر کرد

از جهان سیاست

رضا کیان

روسیه پساپوتین

پطر و کاترین کبیر، ژوزف استالین و... روسیه زمانی در جهان قدرتمند جلوه می کند که فردی قدرتمند در مسکو بر سریر قدرت تکیه زده باشد. قدرت روسیه بیش از آنکه بر یک ساختار سیاسی ـ اجتماعی تکیه داشته باشد، بر فردی اتکا دارد که در رأس این ساختار نشسته است. ولادیمیر پوتین، رئیس فعلی جمهوری فدراتیو روسیه، خصوصیات شخصیتی یک رهبر کاریزماتیک را دارد. نوع رهبری پوتین در جامعه روسیه، بیش از آنکه ساختاری باشد، بر نیرو و توانایی شخصی او که دارای جاذبه برای اکثریت قاطع روسهاست، متکی است. پوتین توانست چشم‌اندازی بسیار متفاوت از دوران سیاه گورباچف و یلتسین را برای مردم روسیه رقم بزند و دورانی را به منصه ظهور برساند که بار دیگر روسیه در سطح بین‌المللی حرف برای گفتن دارد، در بحرانهای بین‌المللی ورود می کند و با قاطعیت در شورای امنیت اهداف سیاسی و منطقه‌ای خود را به‌پیش می‌برد، حتی در عرصه اجتماعی و فرهنگی اکنون روسیه پوتین با روسیه ماقبلش قابل قیاس نیست، نمونه آن برگزاری مسابقات جام جهانی فوتبال که مشخصاً نام روسیه را برای چند ماه در صدر اخبار جهان نشاند.

اما موفقیتهای پوتین در سالهای اخیر، خود می تواند موجد نوعی نگرانی در روسیه باشد و آن اینکه؛ پس از پوتین چه کسی می‌تواند روسیه را مدیریت کند؟ پس از پوتین، چه کسی می تواند روند رو به رشد سالهای اخیر این کشور در عرصه اقتصادی و بین‌المللی را حفظ کند؟ پوتین اکنون ۶۵ساله است، با گذراندن دوره شش‌ساله فعلی ریاست‌جمهوری ۷۱ساله خواهد شد و بر اساس قانون اساسی روسیه، بیش از دو دوره پیاپی نمی‌تواند رئیس‌جمهور این کشور باشد، با این حساب، حتی اگر بخواهد پس از یک دوره شش‌ساله جدایی از قدرت در انتخابات شرکت کند، سیاستمداری ۷۷ساله خواهد بود که توان جسمی لازم برای اداره کشوری چون روسیه را ندارد، لذا، دوره فعلی ریاست‌جمهوری پوتین، احتمالاً آخرین دوره ریاست‌جمهوری او و حضورش در کرملین است.

هر چند در مصاحبه با ان‌بی‌سی، پوتین گفته است که از سال ۲۰۰۰ میلادی به‌دنبال جانشین برای خود است، هنوز کسی دقیقاً نمی‌داند که آیا پوتین کسی را به‌عنوان جانشین در نظر گرفته است یا نه. این احتمال وجود دارد که اگر خود او آشکارا کسی را برای جانشینی برجسته کند، همین فرد بخواهد دست به تضعیف قدرت او بزند، امری که در تاریخ روسیه بی‌سابقه نیست. استالین، در برابر لنین ایستاد، برژنف در برابر خروشچف، "گنادی یانایف" در سال ۱۹۹۱، کودتایی ناموفق را علیه میخائیل گورباچف ترتیب داد و "الکساندر روتسکوی"، معاون بوریس یلتسین هم در سال ۱۹۹۳ کودتایی ناموفق را علیه رئیس‌جمهور وقت روسیه ترتیب داد؛ همین کودتا باعث شد که یلتسین

مشکلات پیش روی لبنان

انتخابات لبنان شور و شوق زیادی را در مردم این کشور برانگیخت که اوضاع سیاسی کشور رو به آرامش گذاشته است اما مشکلات تعیین کابینه با توجه به جناح بندیهای سیاسی، موج جدیدی از نگرانی را به وجود آورده است

الف: موانع تشکیل کابینه لبنان در کوتاه مدت

سعد حریری به عنوان یکی از مهمترین اهرمهای تاخیر در تشکیل کابینه تلاش دارد از یک سو ساختار دولت آینده را بدون توجه به نتایج انتخابات رقم بزند که طبعا این اقدام از سوی گروههای مختلف سیاسی در لبنان مردود است. به همین علت حریری سعی می کند با اخلال در روند تشکیل دولت، گروه‌های مختلف را مجبور به تسلیم شدن در برابر خواسته‌های خود کند.

در اردوگاه مقابلِ حریری، گروههایی قرار دارند که نتایج خوبی در انتخابات به دست آورده‌اند و تلاش دارند از آن برای افزایش اعتبار و موقعیت خود در دولت استفاده کنند. یکی از مهمترین ارکان این اردوگاه حزب‌الله و جریان مقاومت لبنان و متحدانش است. این جریان علاوه بر تلاش برای استفاده از موقعیت مردمی خود در ساختار دولت معتقد است که روند تحولات منطقه در برهه‌ای حساس قرار دارد و هر نوع اخلال در روند تشکیل دولت و احتمال بروز خلأ سیاسی در اوضاع کنونی می‌تواند خطرناک باشد و پرونده‌های مهم داخلی و منطقه‌ای لبنان از جمله موضوع میادین نفتی غارت شده لبنان توسط صهیونیستها را راکد نگه دارد.

وابستگی گروههای سیاسی لبنان به خارج: تاثیرگذاری بالای تصمیم سازان خارجی در عرصه داخلی لبنان یکی از موانع تشکیل دولت لبنان است. ما امروز شاهد فشارهای آمریکا و عربستان برای جلوگیری از تاثیرگذاری نتایج انتخابات گذشته بر روند تشکیل دولت هستیم. انتخاباتی که به محور مقاومت و نیروهای حامی آن، اکثریت مطلق کرسی‌های مجلس نمایندگان را تشکیل داده و این روند می‌تواند به اکثریت مطلق این نیروها در روند تشکیل کابینه نیز منجر شود. اگر بخواهیم سهم ریاست جمهوری را که حدود ۱۰ کرسی بوده، و از زمان توافق طائف وجود داشته، به این رقم اضافه کنیم، به این ترتیب باید گفت دو سوم دولت جدید باید حامی محور مقاومت باشد. البته این چیزی است که آمریکا و عربستان آن را نمی‌پذیرد و در همین راستا تلاش دارد جریان فرسوده ۱۴ مارس را احیا کند و نتایج انتخابات را نپذیرد.

سمت معاونت ریاست جمهوری را کلاً حذف کند!
از سوی دیگر توجه به این نکته نیز ضروری است که در روسیه، پوتین با یک اپوزیسیون غرب گرا مواجه است که به‌صورت مشخص حتی تحت حمایت مالی رقبای غربی روسیه نیز قرار می گیرند. "الکسی ناوالنی"، از مشهورترین چهره‌های اپوزیسیون غرب گراست که شورشهایی را هم تاکنون علیه دولت روسیه به‌راه انداخته است. اگر دوران پس از پوتین به دوران ضعف در قدرت مرکزی تبدیل شود، چهره‌هایی نظیر ناوالنی می‌توانند بهترین بهره را از این فرصت ببرند.

برخی نیز مدعی هستند که پوتین ممکن است با تغییر در قانون اساسی، امکان تداوم ریاست‌جمهوری خود را فراهم آورد که این سناریو نیز به دو دلیل احتمال بالایی نخواهد داشت: اول، همانطور که پیش‌تر گفته شد، سن و سال پوتین در سال ۲۰۲۴ و دوم، جملاتی که خود او در مصاحبه با ان‌بی‌سی در ماه مارس گفته است: "من هرگز قانون اساسی را، به‌خصوص برای خدمت به منافع خودم تغییر نداده‌ام و امروز نیز چنین قصدی ندارم".

در این میان، مرکز اندیشکده کارنگی در مسکو، یادداشتی را به‌قلم "**کریل روگوف**" منتشر کرده که نظری بدیع را مطرح می‌کند. انتشار این یادداشت پس از ورود ولادیمیر پوتین به دوره چهارم ریاست‌جمهوری‌اش صورت پذیرفته است. این روزنامه‌نگار و تحلیلگر ارشد روس می‌نویسد: "تا به این لحظه، نمی‌توانیم به‌طور دقیق در خصوص



راه‌حل مشکل جانشینی [پوتین] پیش‌بینی کنیم. در واقع شخص پوتین هم پاسخ روشنی به این مسئله ندارد، با این حال، با انتخاب کابینه جدید، روسیه مکانیزم منجر به اتخاذ تصمیم جانشینی را به کار انداخت، این بدان معناست که می‌توانیم نتایجی معقول در خصوص رویکرد احتمالی انتقالی پوتین به‌دست آوریم".

بلافاصله پس از آغاز چهارمین دوره ریاست‌جمهوری ولادیمیر پوتین در تاریخ هفتم ماه مه، "دیمیتری مدودف" بار دیگر به سمت نخست‌وزیری روسیه منصوب شد. این انتصاب، انگاره‌ای را که با یک دوره‌ای شدن ریاست‌جمهوری مدودف در سال ۲۰۱۲ در روسیه به‌وجود آورد از بین برد. در سال ۲۰۱۲ و پس از آنکه پوتین خود به میدان انتخابات پای گذاشت و اجازه نداد دیمیتری مدودف برای دومین بار رئیس‌جمهور شود، در روسیه این تعبیر گسترش یافت که مدودف جایگاه ولی‌عهدی ولادیمیر پوتین را از دست داده است.

البته این همه ماجرا از نظر روگوف نیست، نشانه دیگر آن است که "کنستانتین چیوچنکو"، مرد مورد اعتماد مدودف، به‌عنوان رئیس دفتر او و معاونش منصوب می‌شود، این بدان معناست که در دوره شش ساله پیش‌رو، مدودف احتمالاً می‌تواند قدرت سیاسی بیشتری را به‌عنوان نخست‌وزیر داشته باشد. از سوی دیگر، سناریویی که نویسنده بنیاد کارنگی معتقد است ولادیمیر پوتین تعقیب خواهد کرد، ترکیبی از دو مدل است: انتخاب جانشین (دیمیتری مدودف) در عین توزیع قدرت سیاسی میان حزبش (روسیه واحد). مدودف نسبت به پوتین شخصیت سیاسی ضعیف‌تری محسوب می‌شود و این امر ابداعات ساختاری را تسهیل می‌کند.

به‌نوشته روگوف، "در سناریوی ترکیبی، رئیس‌جمهور [پوتین] جانشین خود را انتخاب می‌کند اما برخی اختیارات ریاست‌جمهوری به نخست‌وزیر انتقال یافته و علاوه بر آن، حزب حاکم نقش مهمتری خواهد یافت. این سازماندهی، یک شاخه جدید قدرت را در دستگاه اجرایی روسیه معرفی خواهد کرد". از نظر روگوف احتمالاً افراد سرشناس‌تری وارد ساختار رهبری حزب حاکم روسیه خواهند شد و همچنین احتمال دارد شخص پوتین، خود رهبری حزب را به‌عهده بگیرد. در این سناریو با افزایش اختیارات نخست‌وزیر، عزل او به تأیید پارلمان نیاز خواهد داشت و بنابراین قدرت پارلمان نیز رشد خواهد کرد.

عدم اولویت لبنان برای قدرتهای خارجی: از سوی دیگر پرونده‌های متعدد منطقه‌ای باعث شده جریانهای غربی اولویت لبنان را از دستور کاری خود خارج کنند. از جمله این تحولات، درگیری‌های منطقه الحدیده در یمن و روند تشکیل دولت جدید عراق است. عرصه سیاسی و امنیتی سوریه و آمادگی دولت این کشور برای جنگ جنوب از دیگر عواملی است که باعث شده کشورهایی که برخی جریان‌های سیاسی لبنانی منتظر راهکارهای آنها هستند، فرصتی را برای پرداختن به پرونده لبنان نداشته باشند.

آوارگان سوری: یکی از معضلات کنونی فراروی لبنان در رابطه با پرونده آوارگان سوریه است. برخی جریانها در راستای تعامل با برنامه‌ها و دستورالعملهای خارجی دنبال به تاخیر انداختن بازگرداندن آوارگان سوری هستند. آنها با استفاده از اهرم تشکیل دولت و سهل‌انگاری و سستی در آن، تلاش دارند این موضوع را دنبال کنند تا فشارها برای بازگشت آوارگان کاهش پیدا کند.

نقص قانون اساسی لبنان: نکته دیگری که دست سعد حریری را در اهمال برای تشکیل دولت باز گذاشته، خلل قانون اساسی این کشور است که هیچ سقف زمانی مشخصی برای تشکیل کابینه معرفی نکرده است. وجود چنین محدودیتی باعث می‌شد حریری تلاش بیشتری برای گفت‌وگوهای سیاسی برای تشکیل دولت داشته باشد، گفت‌وگوهایی که بعد از عید فطر تقریبا به صورت کامل تعطیل شده است.

مبارزه با فساد و نگرانی‌های جریانهای خاص: موضوع فساد و مبارزه با آن یکی از عوامل تاخیر در تشکیل دولت آینده لبنان است. برخی گروههای سیاسی از جمله جریان آزاد ملی و فراکسیون شیعیان لبنان در پارلمان این کشور به جد موضوع مبارزه با فساد اداری و دولتی را دنبال می‌کنند و تشکیل دولت به معنی آغاز بستری بروکراتیک در این عرصه خواهد بود. این در حالی است که برخی جریانهای شناخته شده سیاسی از شرایط متزلزل و فساد موجود در دولت به نفع خود بهره‌برداری می‌کنند و نگران این موضوع هستند که این وعده‌ها به حقیقت بپیوندد و حوزه منافع آنها در دولت



کاهش پیدا کند. به همین علت است که در روند تشکیل دولت مانع تراشی می‌کنند تا به این جریانها فشار بیاورند و آنها را از پیگیری پرونده مبارزه با فساد منصرف کنند.

ب: شرایط خاص لبنان و احتمال تشکیل دولت اکثریت

مانع تراشی در تشکیل دولت لبنان در شرایط حساس منطقه‌ای دنبال می‌شود که این کشور با آن مواجه است. فضای داخلی لبنان از آرامش نسبی برخوردار است، اما در عرصه سوریه و مرزهای جنوبی این کشور احتمالا طی روزهای آینده شاهد عملیات گسترده‌ای برای ریشه‌کن کردن گروههای تروریستی خواهیم بود که یک روی سکه این جنگ، احتمال مداخله رژیم صهیونیستی و منطقه‌ای شدن این جنگ است. در چنین شرایطی خلأ سیاسی در لبنان می‌تواند برای این کشور بسیار گران تمام شود. از سوی دیگر روند مذاکرات برای تشکیل دولت عراق و سوء استفاده آمریکا از این روند در حمله به نیروهای مردمی الحشد الشعبی در مرزهای سوریه بر اهمیت تحولات منطقه‌ای پیرامون لبنان افزوده است.

جنگ یمن و تمرکز شدید درگیری‌ها در منطقه الحدیده از دیگر نقاط حساس منطقه‌ای است که می‌تواند اوضاع لبنان را نیز تحت تاثیر خود قرار دهد. پیوستگی تحولات این کشورها هنگامی احساس

بقیه در صفحه ۶۵

kianfulladi@yahoo.com
دکتر کیان فولادی

تنگ شدن تنگه‌ها

سخنرانیهای دکتر روحانی در روزهای اخیر، لحن جدیدی یافته است. لحنی که از ابتدای دوره ریاست جمهوری ایشان شاید هیچگاه دیده نشده بود. در این لحن جدید، رئیس جمهور ایران در برابر تهدیدهای صریح رئیس جمهور آمریکا علیه کشورمان، رفتار مشابهی در پیش گرفته و با جملاتی تند، اقدام به تهدید طرف مقابل می کند. مناقشه میان ایران و آمریکا، لابد از نظر ایشان به مرحله‌ای رسیده که در فضای سیاسی، نیازمند رفتار متقابل ایران بوده و به این ترتیب در جلسه‌ای با حضور سفیران ایران در جهان، دکتر روحانی چنین تهدید می کند که اگر با کارشکنی آمریکا، بنابر این باشد که نفت ایران به فروش نرسد، نفت منطقه هم به فروش نخواهد رسید.

ایشان توضیح بیشتری هم داد، که نباید اینطور فرض شود که مقصود از این جملات (که یکبار دیگر هم، شبیه این کلمات از ایشان روزهای اخیر شنیده شده) بستن تنگه هرمز باشد، بلکه تنگه‌های دیگری هم وجود دارد و ابزارهای دیگری هم در اختیار ایران هست تا جلوی فروش نفت این منطقه گرفته شود. رئیس جمهور اما توضیح بیشتری درباره این جملات خود در این جلسه نداد. اینکه آیا ایران قصد دارد در صورت ادامه یافتن تهدیدات و اقدامات آمریکا علیه ایران، مسیر آبراههای عبور نفت را مسدود کند یا اینکه این تهدید رئیس جمهور معنای دیگری خواهد داشت.



این در حالی است که چند روز قبل نایب رئیس دوم مجلس نیز جملاتی شبیه به همین موضوع را تکرار کرده بود که با فاصله کوتاهی رئیس کمیسیون امنیت ملی مجلس، توضیح داده بود که مقصود، بستن تنگه هرمز نیست!

اینکه ایران از نظر سیاسی چه روشی را برای مقابله با تهدیدات و اقدامات آمریکا علیه خود در پیش خواهد گرفت، البته تصمیمی مهم است که با تمام ظرفیت نظام و پس از اخذ مشورتهای فراوان از کارشناسان ارشد در این موضوع، گرفته خواهد شد. اما بیان جملاتی که بر ابهامات مسیر پیش روی کشور اضافه کند، به نظر می‌رسد که چندان به صلاح ومنطقی نیست. ابهامی که می‌تواند بر ارکان اقتصادی ایران اثر ناخوشایندی بگذارد و حتی احتمال فراوان دارد که تلاشهای بعدی هم نتواند در کوتاه مدت، این اثر را جبران کند. پس از خروج ترامپ از برجام آنچه بیشترین نتیجه این خروج تا امروز بوده، ابهام افکنی در مورد آینده این توافق و آثار پس از آن بوده است.

چیزی که شاید هدف اصلی رئیس‌جمهور آمریکا از این خروج بوده و تحریمهای اعلام شده ترامپ هم در روزهای آینده آغاز خواهد شد، اما اینکه این تحریمها دقیقا کدام بخش از اقتصاد ایران را آزار خواهد داد یا اینکه ایران

روزگار بلعیدن سکه

بهای سکه بهار آزادی، پس از اینکه چند روز پیش از مرز ۳ میلیون تومان گذشت و از سوی مسئولین اتحادیه طلا اعلام شد که این قیمت، نزدیک به ۷۰۰ هزار تومان حباب دارد و بهای واقعی نیست، در فاصله چند ساعت ریزش کرد و سکه برای ساعاتی به بهای دو میلیون و هفتصد هزار تومان هم معامله شد. این اتفاق همزمان شد با تحویل اولین مرحله از هزاران قطعه سکه پیش فروش شده از سوی بانک مرکزی که به طور طبیعی این انتظار را میان کارشناسان بازار ایجاد کرده بود که عرضه این سکه‌ها و تحویل آنها به خریداران، باعث کاهش دوباره قیمت و ایجاد تعادل در بازار خواهد شد. اما برخلاف بسیاری پیش بینی‌ها، بهای سکه در کمتر از سه روز نزدیک به ۵۰۰ هزار تومان افزایش یافت تا نشان دهد، ابزارهای دقیقی در اختیار بسیاری از پیش بینی کنند گان تحولات بازار وجود ندارد. آنچه اتفاق افتاده، شاید چنین



باشد که در اثر فضای حاکم بر اقتصاد و سیاست ایران، پیش خریداران سکه، که این روزها سکه‌های طلای خود را تحویل گرفته‌اند و با قیمت این روزهای سکه و مقایسه آن با قیمتی که ایشان، آن سکه‌ها را پیش خرید کردند، سود فراوان بی‌زحمتی هم به جیب ریخته‌اند، به این مقدار سود هم راضی نشده‌اند یا احتمال اتفاقات دیگری در بازار داده‌اند و نتیجه اینکه، سکه‌های تحویل شده

مستأجران پنهان

وزیر راه و شهرسازی نامه‌ای به معاون اول رئیس‌جمهور نوشته و تقاضا کرده به پیشنهاد دولت، قانونی طی هفته آینده به تصویب مجلس برسد که بر اساس آن، صاحبان خانه‌های اجاره‌ای تنها اجازه داشته باشند، ده درصد به مبلغ اجاره برای سال آینده و زمان تمدید قرارداد اضافه کنند و این بخش، به قانون روابط موجود مالک و مستاجر اضافه شود. می توان حدس زد که دلسوزی وزیر و همکارانش در وزارتخانه، نسبت به مستأجرانی که در چند ماه اخیر با افزایش فراوان اجاره بهای درخواستی مالکان خانه‌های اجاره‌ای روبرو شده‌اند، عامل اصلی ایجاد این پیشنهاد باشد و اگر این پیشنهاد به تصویب برسد، باشند مالکانی که نسبت به حکم قانون، تمکین کنند و حاضر شوند در شرایط کنونی، خانه‌ها را تنها با افزایش ده درصد اجاره بها در اختیار مستاجران قرار دهند. اما پس از گذشت کوتاه مدتی، اشکالات بعدی، اندک اندک روی نشان خواهند داد، اولین نکته اینکه قانون روابط موجود مستاجر ایران در

سالهای گذشته بارها مورد تغییر قرار گرفته و نتیجه این بوده که امروز کنار هم گذاشتن این تغییرات و فهم دقیق این قانون، به کارشناسان خبره‌ای محتاج شده که همین نکته، استفاده از این قانون را برای مردم عادی مبهم و دشوار کرده است. در متن پیشنهادی وزارتخانه هم نکات مبهم متعددی وجود دارد که با توجه به سرعتی که در طرح وتصویب این قانون بروز خواهد کرد، بر اختلاف نظرها و دشواریهای اجرای قانون موجر ومستاجر خواهد افزود. مهمتر اینکه به احتمال بسیار زیاد و در شرایطی که قیمت کالا وخدمات در ماههای



بـا کدام ابزار، قصد خنثی کـردن این تحریمها را دارد، همچنان در ابهام است. به این ترتیب اقتصاد ایران هم بلافاصله تحت تاثیر این ابهام قرار گرفته و نخستین اثرش این خواهد بود که سرمایه‌گذاران و تولیدکنندگان و صاحبان سرمایه، نمی‌توانند به سادگی تشخیص دهنـد که کدام بخش از اقتصاد ایران در امنیت بیشـتری اسـت و کدام بخش، احتمال آسـیب‌پذیری بیشـتری را دارد تا با چنین پیش‌بینی به کار ادامه دهند یا فعالیتی را آغاز کنند.

همین ابهـام می‌تواند تا آنجا پیش رود که ریسـک فعالیتهای اقتصادی را افزایش دهد و سـرمایه‌های ایرانیان هم، خواسـته یا ناخواسـته به گوشه‌هایی پناه برد که احتمال ضربه‌پذیری کمتری در آن مـی‌رود. هجوم سـرمایه‌های ایرانـی در هفته‌های اخیر به سـمت بازار ارز و سکه، مسـکن و خودرو، نمونه آشکاری از تزریق ابهام به اقتصاد ایران بود و حال جملات رئیس‌جمهور در سخنرانی اخیرشان نیز شایسته است که سریعتر از سوی ایشان، توضیح داده شـوند و تاحد امکان، راهکارهـای دولت برای مقابله با تحریمها به طور شفاف با مردم در میان گذاشته شود.

بیان شـفّاف و صریح این راهکارها تا آنجا که با در نظر آوردن ملاحظات امنیّت ملی ایران قابل بیان باشد، می‌تواند مانع از اضافه شـدن یک پرده ضخیم دیگر بر ابهامات موجود در بازار و اقتصاد ایران باشد و به صاحبان سرمایه کمک کند تا قدرت تصمیم‌گیری بیشتری پیدا کنند و تنها راه محفوظ ماندن سرمایه‌های خود را، پناه دادن این پولها زیر سایه ارز و طلا و مسکن و خودرو نبینند.

به خریداران، به بازار عرضه نشده و دارندگانش قصد فروش آن را تا امروز نداشته‌اند و این در حالی اتفاق افتاده که تقاضای خرید سکه همچنـان در بازار وجود دارد و به ایـن ترتیب بود که جهش بهای سـکه یکبار دیگر روی داد. بنابراین تصمیم چندی پیش مسئولان بانـک مرکزی برای پیش فروش انبوه سـکه‌های طلا، شـاید آن روز بـا هدف بازگرداندن آرامش به بازار، تصمیم درسـتی به نظر می‌رسید، ولی امروز معلوم شده که به سختی می‌توان از این تصمیم دفاع کرد و البته سـخت‌تر از آن تصمیم‌گیری از سـوی مدیرانی اسـت که موظف به تنظیم بازار هستند، ولی در فضایی قرار دارند که تحولات با سرعت فراوان در حال وقوع است و عوامل متعددی بر بازار تاثیرگذاری می‌کنند و کافی است یکی از این عوامل پنهان، از چشم تصمیم‌گیران دور بماند تا تمام محاسبات مدیران نقش بر آب شود ونتیجه با آنچه انتظار می‌رفت، فاصله فراوانی پیدا کند.

اخیر رشد قابل توجهی داشـته‌اند، بخش قابل توجهی از مالکان در عمل، زیر بار اجرای این قانون نخواهند رفت و بازار استفاده از انواع حیله‌های قانونی یا فرارهای قانونی و توافقات پنهانی داغ خواهد شد. اشـکال بعدی این خواهد بود که اگر در فضای روابط شـفاف میان موجر و مسـتاجر، دولت امکان برخی مداخلات مثبت را دارد، ولی در صورت زیرزمینی و پنهان شـدن قراردادهای اجاره، آنگاه دیگر، کنترل این دسـته روابط بسیار دشوار و حتی غیرممکن خواهد شد. بویژه اینکه از یاد نبریم، بسـیاری از مسـتاجران به دلیل نیاز شدید به مسـکن حاضر خواهند شـد، زیر هر قرارداد غیرقانونی یا پنهانی را برای فرار از شـرایط اضطراری امضا کنند. همچنان امید فراوانی هسـت که این پیشـنهاد، مورد موافقت نمایندگان قرار نگیرد و از میان ۲۹۰ نفر نماینده مردم، کسانی باشند که با تکیه بر سالها تجربه و تحصیل خود که پشـتوانه و دلیل نمایندگی آنها بوده، پیشنهادات بهتری برای ساماندهی شرایط سخت مستأجران پیدا نمایند.

■ مکتوب هفته

دکتر محمدعلی فیاض‌بخش

ورشکسته به تقصیر دیگران

هفته گذشـته وزیر محترم آموزش و پرورش، که در وضوح و شـفافیت انصافاً قابل تقدیرند، در بیاناتی اظهار کردند:

"متأسفانه نشانه‌های ورشکستگی آموزش و پرورش در کشور دیده می‌شود".

البته به زعم اینجانب، آبروداری وزیر محترم، فعلا سخن را در حد "نشانه"ها مختصر کـرد و از بیان آثار ورشکسـتگی فروگذار نمود؛ وگرنه این ورشکسـتگی، شـوربختانه نمایان‌تر از نمایه‌ها و نشانه‌هاسـت. شاید این ورشکستگی از همان نوعی باشد که برخی بانکها و موسسـات پولی بدان مبتلایند، اما تا زمانی که سـپرده‌گذاران صف نکشـند و جنجال نکنند، سـپرده‌داران به روی مبارک نمی‌آورند و همه‌چیز را آرام می‌بینند. البته عائله بزرگ آموزش و پرورش، هم نجیب‌تر از آن‌اند که گاه‌وبیگاه صف بکشـند و هم آبرودارتر از آن که در خیابان در چشـم و نظر شاگردانشـان فریاد معیشت سر دهند؛ شاید هم آنقدر گرفتار الفبای معیشت‌اند، که وقت اضافی برای این امور ندارند.

انـکار نمی‌کنم کـه بیان وزیر محترم تنهـا معطوف به جنبه‌های معیشـتی در این وزارتخانه بزرگ نبود؛ آنجا که در ادامه گفتند:

"مسـیر تربیت در آموزش و پرورش به انحراف کشیده‌شده، امروز تمام تلاشها بر آموزش بوده‌است، در صورتی که نیازها در خارج از مدرسه چیز دیگری‌ست."

دلایل این ورشکسـتگی اما در هر دو زمینه نقص معیشتی و فقدان نقشه راه منسجم در برنامه‌ریزی آموزشی‌ست. دقت کنید:

۱ـ بودجه آموزش و پرورش رسـمی کشـور، زیرمجموعه‌ای از اعشار بودجه‌های فرهنگی‌ست که زیر دهها نام، نشانهای مختلفی را بر خود نشانده‌اند. وقتی در بودجه‌ریزی فرهنگی کشـور، ریز و درشـت نهادها و بنگاه‌ها و محفلها و ارگانها جیره‌خواری می‌کنند و اگـر چیزی بماند، بـه تصدق و منت روانه وزارتخانه می‌فرماینـد، آنگاه انتظار دارید معلمان شق‌القمر کنند در تربیت، آن هم همپای آموزش!؟

۲ـ در امـر آمـوزش و پـرورش، همانند همه دیگـر حوزه‌ها و میدانهـا، رفتارهای موازی‌کاری و بعضاً خنثی‌سازی دیده‌می‌شود. مثلا بلافاصله بعد از بیانات فوق از سوی وزیر در سیمای محترم، شاهد بودم که یکی از همین موازی‌کاران، طبق معمول به تبلیغ کالای آموزشـی‌ای پرداخت، که در زمره خنثی‌سازان روال آموزشی‌ست؛ و تعجب آن که، پدیدآورنده کتب به اصطلاح کمک‌آموزشی‌ست! می‌پرسم: چرا آموزش و پرورش ورشکسـته نباشـد، درحالی که هزاران رقیب بی‌صلاحیت در قالب صدها آموزشـگاه و بـا شـمارگان میلیونها جلد کتاب نفس‌گیـر و خلاقیّت‌کُش، و اما به پشـتیبانی چند مافیـای اقتصادی بر گلوی آموزش وپرورش چنگ انداخته‌اند؟ نفس دانش‌آموزان را می‌ستانند و جیب خود را می‌آکنند؛ چرا آموزش و پرورش ورنشکند!؟

وقتی در آشـفته‌بازار شـخم‌زدن زمین تبلیغات و دروکردن روح و روان و اعصاب دانش‌آموزان، می‌توانند از کم‌سوشـدن چشـم دانش‌آموزان و بی‌تحرکی جسم آنها و تنشها و استرسهای ایشان، درهم و دینار درو کنند، چرا نکنند؟ و چرا آموزش وپرورش، که یک کاسب جزء در این بازار مکاره تاجران قَدَر و غدّار است، از ورشکستگی‌اش شکوه نکند!؟ سعدی جانم اگر می‌بود می‌گفت: **"جز این بودی، عجب بودی"!**

عجبا! باید در گاوبندی و زدوبند این مافیاها با بعضی مدارس، کار به جایی برسد که سـخن از شهریه‌های مرز صدمیلیون (نه‌ریال، بل‌تومان!) به میان آید؛ چرا که، خدمات به مدارس خاص، که هرروز هم خاص‌تر می‌شوند، نه از درون وزارتخانه، بلکه از سوی بنگاههای تجاری بیرون از وزارت تزریق می‌شود.

منتظر باشید و ببینید، که "نشـانه"های ورشکستگی(به تعبیر وزیر محترم)، تبدیل به "زمین‌گیری" ورشکسـتگی شـود؛ اگر بیش از این تعـارف نکنیم. الهی بمیرم برای وزارت آموزش و پرورش، که مرغ عروسـی و عزاسـت. نه پـول دارد که پُز بدهد در سخت‌افزاری، نه رمقی برایش مانده، که در دوردور تبذیر و اسرافِ دیگر وزارتخانه‌ها، داردار کند در نرم‌افزاری! نه سـایتش قابل هک کردن تصادفی(!) اسـت و نه اگر بیکار بیعاری چنین کند، ثبت سفارشی عایدش خواهد شد.

میل و خواهش، ترس و بیم، ناخشنودی و خشم، پایه‌های کفر هستند

● رسول اکرم (ص)

دیدنی‌های ایران

زیر نظر: محمود صفادار

دریاچه سد کبار

گزارش از: محمد علی بهوند یوسفی رامهرمز





سد کبار سدی قدیمی است که در دشت کبار در نزدیکی زنبورک از توابع جنت آباد قم قرار دارد. این سد با تاریخچه‌ای صدها ساله همچنان دشت کبار را آبیاری می کند و کشاورزی منطقه را رونق بخشیده است. سد کبار به عنوان قدیمی‌ترین سد قوسی دنیا هنوز هم پا بر جا است و قدمت آن به حدود ۱۳۰۰ میلادی می‌رسد و در ۲۴ کیلومتری شهرستان قم در نزدیکی زنبورک از توابع جنت آبادقم بر روی رودخانه کبار قرار دارد.

این سد با ارتفاع ۲۶ متر وطول ۵۵ متر از سنگ لاشه سخت بنا شده است. این سد یک برج آبگیر دارد که آب از طریق آن به قسمت زیر آب منتقل می‌شود. در کنار حفره خروجی آب سد کانالی در دامنه صخره‌ای از کوه، در سطحی بالاتر از بستر رودخانه، کنده‌اند که آب را به سطوح مرتفع‌تری منتقل می کرده است. سد در کوه پی‌سازی شده و شالوده دیواره در شکاف به وجود آمده قرار گرفته که از آب بندی مناسبی برخوردار است.

انتخاب محل مناسب برای برپایی سد و همچنین شکل قوسی آن، نشان دهنده مهارت و دانش بالای مهندسین سازنده سد است. این مهارت سبب شده که دیواره سد در برابر فشار آب مخزنی به طول و عرض ۵۰۰×۱۰۰۰ متر به خوبی مقاومت کند.

روستای نوره

روستای نوره از توابع مرکز شهرستان سنندج است و در ۱۸ کیلومتری این استان قرار دارد. این روستا در منطقه‌ای کوهستانی با زمستانهای سرد و تابستانهای ملایم و مطبوع واقع شده است. نوره از شرق و شمال شرق به کوه آبیدر بزرگ، از شمال غرب به کوه وَزمان و از جنوب غربی به کوه تایه لان محدود می‌شود. رودخانه‌ای به همین نام نیز از غرب روستا می گذرد و طراوت و شادابی را به طبیعت آن هدیه می‌دهد.

مردم روستای نوره به زبان کُردی سخن می گویند. اجرای نمایشهای باستانی و محلی نظیر میر نوروزی از آداب و رسوم رایج در نوروز است. انواع بازیهای محلی نیز در روستا رایج است که مهمترین آنها گرزان، سده و میر نوروزی هستند. نوره روستایی بسیار زیبا با بافت مسکونی متراکم است که در درّه و بر روی شیب واقع شده است. خانه‌ها درهای چوبی و پنجره‌های کوچک دارند. سقفها دارای پوشش چوبی است و چوب درختان صنوبر، بید و چنار در تامین چوب موثرند. روستا معماری ساده و زیبایی دارد.

روستای نوره به خاطر وجود باغهای سرسبز و خرّم بسیار مشهور است. در بهار و تابستان هوای دلپذیر و مطبوع، وجود طبیعت سبز و شاداب و کوههای بلند زیبایی خاصی به آن می‌دهد.

کشاورزی، باغداری، دامداری، پرورش زنبور عسل، کارگری و قالیبافی پایه‌های اقتصاد این روستا را تشکیل می‌دهند. باغداری رونق زیادی دارد و انواع محصولات مانند گلابی، انگور، توت فرنگی و سیب درختی به عمل می آید.

بر دامنه تپه ماهورهای غرب کوه "آبیدر" و به فاصله ۷۰۰ متری از روستا عمارتی وجود دارد که متعلق به یکی از مفاخر کُردستان است.

این اثر که به لحاظ معماری قلعه‌ای شکل آن قابل توجه است، در جنوب روستا واقع شده و چشم انداز زیبایی دارد. این عمارت به گونه‌ای بنا شده که به تمام مناطق اطراف اشراف دارد. در زمینی به مساحت ۶۰۰ متر و با استفاده از مصالح بومی، در دو طبقه بنا شده است.

از غذاهای محلی مختص این روستای زیبا می‌توان به کلره، کلانه، کشک و انواع نانهای محلی اشاره کرد.









روستای توشن

روستای توشن از توابع بخش مرکزی شهرستان گرگان در استان گلستان است که در ۲/۵ کیلومتری جنوب گرگان و در دهستان انجیرآب قرار دارد. جمعیت روستا ۱۱۴۹ نفر است و اهالی روستا را به نام آب بندان هم می‌شناسند. توشن نیز در لغت به معنی کم شدن آب است. مناظر سرسبز و تماشایی این منطقه خوش و آب و هوای شمالی کشور برای هر مسافری لذت بخش خواهد بود. اما اصلی‌ترین جاذبه این منطقه، دریاچه توشن است.

این دریاچه در حاشیه جنوبی روستای توشن در النگدره در ۵ کیلومتری جنوب شهرستان گرگان قرار دارد. طول دریاچه حدود ۳۰۰ متر، عرض آن ۱۳۰ متر و ارتفاع دریاچه از سطح دریا ۲۵۰ متر است. وجود مناطق جنگلی النگ درّه در کنار دریاچه سد و وجود ماهیان مختلف در آب دریاچه فضایی زیبا به این محیط بخشیده است. این منطقه در فصول مختلف مورد استفاده ماهیگیری و کمپینگ قرار می گیرد.

آب و هوای خوب اطراف دریاچه، امکان ماهیگیری و قدم زدن اطراف آن، دریاچه توشن را به جایی بسیار فرح بخش تبدیل کرده است.

دسترسی به این منطقه از طریق بلوار شهید صیاد شیرازی شهرستان گرگان و جاده ارتباطی گرگان به توشن میسّر است.

تالاب هشیلان

تالاب هشیلان در مسیر جاده کرمانشاه به روانسر در دهستان اللهیار خانی و در فاصله ۲۶ کیلومتری شمال غرب کرمانشاه قرار دارد. مساحت تقریبی این تالاب ۴۵۰ هکتار است که در گسترده دشتی و اراضی پست دامنه کوهای خورین و ویس قرار دارد. ارتفاع متوسط تالاب از سطح دریا ۱۳۰۰ متر است. آب تالاب از سراب سبز علی تأمین می‌شود که داری پوشش گیاهی با گلهای متنوع است. آب تالاب در بالادست به صورت سراب و چشمه های جوشان و در پهنه تالاب به صورت کانالهای بزرگ و کوچک پخش شده است. پوشش گیاهی سطح تالاب علفی است که به صورت گیاهان آبزی در داخل آب رشد کرده است. نزدیک به ۱۱۰ جزیره کوچک و بزرگ در این تالاب وجود دارد که مساحتشان از ۱۰۰ متر مربع تا حدود یک هکتار متغییر است.

هشیلان به معنای لانه ماران در زبان کردی از دو بخش "هشی" به معنای مار و "لان" به معنای خانه تشکیل شده است. جالب است بدانید در این تالاب تعداد زیادی مار بویژه مار آبی وجود دارند. لاک پشت خزری یا گونه لاک پشت برکه‌ای و لاک پشت مهمیزدار در این زیستگاه به فراوانی یافت می‌شوند. سوسمار آگاما، مارمولک و سمندر نیز از دیگر خزندگان این تالاب هستند.

در داخل و حاشیه تالاب جانوران مختلفی زندگی می کنند. هر ساله با شروع بارانهای پاییز و سرد شدن هوا پرندگان زیادی از آسیای مرکزی به این تالاب می آیند و زمستان را در این تالاب می گذرانند. این تالاب محل مناسبی برای تعداد زیادی از پرندگان مهاجر است تا زمستان را در آن بگذرانند و هر ساله گروههای پرندگان با مهاجرت به این منطقه، سبب می‌شود که شکارچیان محلی و علاقه‌مندان گردشگری نیز بیش از پیش به این منطقه سفر کنند. هشیلان که به دلیل مأوا دادن به پرنده‌های مهاجر جزء مناطق حفاظت شده در نظر گرفته شده است، تنها تالاب استان کرمانشاه است که به عنوان یک اکوسیستم آبی همواره مورد توجه علاقه مندان به طبیعت گردی بوده است.

از گونه‌های عمده ماهیان تالاب، می‌توان به عروس ماهی، سیاه ماهی، سفید کولی، زردک و سس ماهی از خانواده ماهیان کپور اشاره کرد. کپور پرورشی و یا کپور قرمز که به قصد پرورش در محیط تالاب رها شده‌اند نیز در تالاب مشاهده می‌شوند.

راه دسترسی تالاب هشیلان از حوالی روستای یاوری در مسیر کرمانشاه به روانسر به طرف شمال امتداد می‌یابد، ابتدا به روستای هشیلان می‌رسد و سپس به تالاب زیبای هشیلان منتهی می شود.





مترجم: مریم نیک‌پور
maryanikpour@gmail.com



فرصت طلایی زندگی من

من مؤسّس و مالک یک کارخانه پردازش استیل در پنسیلوانیا هستم. من و بیست و پنج کارمندم شبانه‌روز کار می‌کنیم و با همه سختی‌هایی که داریم، از شغلمان راضی هستیم و هر روز، از کارمان لذت می‌بریم. ورقه‌های استیل تولید کارخانه ما را ممکن است در هر پل یا ساختمانی ببینید. نمی‌گویم کار راحتی است. اتفاقاً کار فوق‌العاده سختی است. اما عقیده دارم همه ما می‌توانیم با هر شرایطی کنار بیاییم و خودمان را با سخت‌ترینها هم تطبیق بدهیم. هر چه سختی بیشتر، مقاومت ما هم بیشتر. کارکنان کارخانه ما باید دقت بالایی داشته باشند، همیشه هوشیار و گوش‌به‌زنگ باشند تا اگر اتفاقی افتاد و جایی از کار غلط پیش رفت، بتوانند فوری واکنش نشان بدهند.

اما این تنها نکته مهمی نیست که کارخانه ما را از بقیه متفاوت می‌کند. در کارخانه ما یک قانون مهم وجود دارد. در آن به روی کسانی باز است که پیشینه مصرف الکل و مواد مخدر دارند، دستگیر شده‌اند و مدتی از عمر خود را در زندان سپری کرده‌اند. همه کارکنان کارخانه ما با چنین پیشینه‌ای استخدام شده‌اند و الان زندگی موفق و خوبی دارند.

شاید بپرسید چرا کاری را با این ریسک و دقت بالا، باید به افرادی بسپاریم که به‌هرحال مشکلی داشته‌اند؟ پشت این پرسش هم پیشینه‌ای وجود دارد. **داستان خانواده من!**

زندگی به من آموخته، همه آنهایی که به‌نوعی اعتیاد دارند یا بهتر است بگویم اشتباه بزرگی در زندگی خود مرتکب شده‌اند، سزاوار فرصتی دوباره هستند. آنها به این فرصت دوباره نیاز ندارند، حقیقتاً شایسته آن هستند. هیچ کس را نباید به دلیل اعتیاد به الکل یا مواد مخدر از جامعه حذف یا طرد کرد. این باور و عقیده من و همسرم مارگارت است. و اگر به این مساله باور قلبی و یقین نداشتیم، باید سالها پیش دخترمان را به حال خود رها می‌کردیم. اما من و همسرم، دختر عزیزمان را رها نکردیم، او هم ما را رها نکرد. دخترم مثل همه آنهایی که چنین مشکل یا بیماری دارند، به حمایت همه‌جانبه اعضای خانواده، دوستان، اطرافیان و فامیل نیاز دارند و اطمینان دارم اگر این حمایت و عاطفه نباشد، کوشش و تقلای خودِ فرد هیچ نتیجه‌ای نمی‌دهد.

***

من در یک خانواده ازهم‌پاشیده و مشکل‌دار متولد و بزرگ شدم. برای همین از وقتی خودم را شناختم، یاد گرفتم بی‌نیاز از بقیه باشم و فقط و فقط به خودم تکیه کنم و روی پاهای خودم بایستم. از همان سنین جوانی کار می‌کردم تا برای دانشگاه پول پس‌انداز کنم و لنگ نمانم. وقتی دبیرستان را تمام کردم و به دانشگاه رسیدم، با خیال راحت در رشته مهندسی مکانیک مشغول تحصیل شدم. از همان اولین روزهای تحصیل در دانشگاه، تصمیم گرفتم باز هم روی پای خودم بایستم و برای خودم کار کنم. همیشه در رویاها و تصوراتم آرزو می‌کردم برای خودم کارخانه‌ای داشته باشم و هرگز زیر دست کسی کار نکنم. می‌دانستم این تصورات آنقدر واقعی و پررنگ هستند که سرانجام یک روز من را به خواسته‌ام می‌رسانند. احساس می‌کردم اگر کارگر و کارفرمای خودم باشم خوشحالترم و زندگی آسوده‌تری دارم.

در بیست و هشت سالگی به خواسته‌ام رسیدم. با یک شرکت خیلی کوچک شروع کردم. حالا وقتش رسیده بود که به بزرگترین خواسته قلبی‌ام هم برسم. از دبیرستان عاشق مارگارت بودم و بااینکه قلبم در عطش عشقش می‌سوخت، به احساسم نهیب زدم و به قلبم گفتم آنقدر منتظر بماند تا روزی که شرایط برای تشکیل زندگی مشترک مهیا شود. و در بیست و هشت سالگی و درست چندماه پس از افتتاح کارخانه‌ام به این آرزوی بزرگ رسیدم. من و مارگارت زندگی رویایی را آغاز کردیم و اضافه شدن سه فرزند به جمع کوچک دونفره ما همه‌چیز را شیرین‌تر کرد. دودختر و پسرم همه زندگی من و همسرم بودند و عاشقانه دوستشان داشتیم. دختر کوچکم چه از نظر ظاهری چه از نظر روحی و اخلاقی به من شباهت زیادی داشت. وقتی ۱۲ ساله بود، یک روز به شوخی گفتم اگر یک سال تمام تلویزیون تماشا نکند، ۵۰۰ دلار جایزه می‌گیرد. و در عین ناباوری، آخر آن سال ۵۰۰ دلار از من گرفت.

تقریباً همان وقتها بود که شرکتم را فروختم و می‌توانستم با خیال راحت خودم را بازنشسته کنم و بقیه عمرم را در کنار خانواده‌ام در آسایش زندگی کنم. می‌خواستم به تفریحاتم برسم. ماشینهای مسابقه، سفرهای خانوادگی و شکار از علاقه‌های من بودند و حالا بهترین وقت برای رسیدن به این خواسته‌ها بود.

همه‌چیز خوب پیش می‌رفت تااینکه سه چهار سال بعد بی‌قرار شدم. دلم برای کار تنگ شده بود و هیچ تفریحی هم نمی‌توانست جای خالی کوشش کار را برایم پر کند. این‌بار تصمیم گرفتم با پسرم کسب‌وکاری راه بیندازم. تجربه و تخصص خودم و جوانی و شور و انگیزه پسرم را روی هم گذاشتم و کارخانه استیل‌سازی را راه‌اندازی کردم. کارخانه ما در ابتدا خیلی کوچک بود تااینکه کم‌کم از شرکتهای بزرگ سفارش گرفتیم و ذره‌ذره معروفیت جمع کردیم.

به‌خاطر تجربه تلخی که از فرزندبودن خودم داشتم هرگز نمی‌خواستم اجازه بدهم پدر بدی برای بچه‌های خودم باشم. از وقتی خودم و پدر و مادرم را شناختم، قسم خوردم و به خودم قول دادم اگر روزی پدر شدم، پدرِ خودم را تکرار نکنم و با بچه‌هایم پر مهر و عاطفه باشم. از همان کودکی برایشان وقت می‌گذاشتم، بچه‌ها را به سفر

ی خودی است که بگوییم کسی بدی را بی دلیل انجام می دهد

● فردوسی

می‌بردم، ماهیگیری و دوچرخه‌سواری را حتی در شلوغ‌ترین روزهای کاری‌ام فراموش نمی‌کردم. دقیقاً همه چیزهایی که خودم در کودکی از آن محروم بودم. اما نمی‌دانم چرا پدر بودن من برای دختر کوچکم کافی نبود و نتوانست سدّ محکمی باشد که او به سختی و مشکل نیفتد. اولین بار دخترم کلاس هشتم بود که با واقعیت تلخی روبرو شدم. با خانه تماس گرفتند و اطلاع دادند که دخترم در اداره پلیس است. هراسان به اداره پلیس رفتم و فهمیدم دخترم را به دلیل مصرف مشروب در پارک دستگیر کرده‌اند. دخترم به من و مادرش گفته بود آن شب خانه دوستش می‌ماند و قرار است با هم درس بخوانند. ولی تا نیمه‌های شب در خیابانها بودند و بعد هم مست در پارک دستگیر شدند.

با دخترم مفصّل حرف زدیم و او را راهنمایی کردیم. به خودمان هم گفتیم همه بچه‌های خوب ممکن است یک‌بار در زندگیشان دست از پا خطا کنند و نباید بیش از اندازه این مساله را بزرگ کنیم. اما اوضاع وقتی پیچیده‌تر شد که فهمیدیم همچنان با دوستان خلافکارش رابطه دارد. من و همسرم هرچه تلاش کردیم موفق نشدیم دخترم را از آن حلقه معیوب بیرون بکشیم. خیلی نگذشت که نمره‌های درسی دخترم به شدت افت کرد. در خانه اوقات‌تلخی می‌کرد و به شدت لجباز و بداخلاق شده بود. بعد از اینکه گواهینامه‌اش را گرفت، به سرش زد با ماشین ما و همراه دوستش به کالیفرنیا برود. من و مادرش وقتی باخبر شدیم که تلفن زنگ خورد و فهمیدیم دخترم به پول نیاز دارد. آنها در کلرادو بودند. همسرم با عجله بلیت هواپیما گرفت، به کلرادو رفت و دخترم و دوستش را سوار ماشین کرد و به خانه برگرداند.

به اجبار او را به مشاوره بردیم ولی نتیجه نداد. نمی‌توانست در هیچ برنامه‌ای تا آخر برود و موفق شود. جلسه‌های مشاوره هم یکی از همین برنامه‌های نیمه‌تمام، ناموفق و شکست‌خورده بود. چندبار تا مرز اخراج از دبیرستان پیش رفت اما تهدید کارکنان مدرسه هم نتیجه‌ای نداشت. تااینکه کمتر از یک سال بعد، یکی از دوستانش هروئین را به او معرفی کرد. دخترم تا آن روز به قرص اعتیاد داشت. حالا دوستش گفته بود مصرف هروئین راحت‌تر است و نشئگی بهتری دارد. دخترم هم با خیال راحت قرصها را کنار گذاشت و ماده مخدر جدیدی را جایگزین کرد. تا من و مادرش به خودمان بیاییم، دخترمان یک مصرف‌کننده تمام و کمال بود.

آنهایی که مثل من در صنایع سنگین مثل آهن و استیل فعالیت می‌کنند، معمولاً با احساس و عاطفه میانه زیادی ندارند. احساساتشان را کنار می‌گذارند و سخت کار می‌کنند. اما اینکه گوشه‌ای بنشینم و ببینم دخترم در چه منجلابی گرفتار شده، از توان من خارج بود. دخترم کنترل همه‌چیز را از دست داده بود و معلوم نبود اگر همین‌طور ادامه بدهد، به کجا برسد و چه سرنوشتی در انتظارش باشد. من و همسرم از مدتها پیش دست به کار شده بودیم اما وقتی فهمیدیم دخترمان به هروئین معتاد است، همه توان و صبر و شکیبایی خود را جمع کردیم تا دخترمان را نجات بدهیم. سعی کردیم دخترمان را برای درمان آماده کنیم. جای دخترمان خانه خودش بود. خانه‌ای که در آن متولد شده بود و پا گرفته بود، نه خانه این دوست یا آن دوستش یا پارک و خیابان. حسی به من می‌گفت اگر دخترم به خانه برگردد، همه‌چیز درست می‌شود. او در آن خانه پرورش یافته بود و در صورت بازگشت، خلق و خو و عادتهایش هم برمی‌گشت. و دخترم همان دختر پاک و نازنین سابق می‌شد.

شاید یکی از چیزهایی که ما در ترتیب بچه‌ها کم گذاشته بودیم، توجه به عبادت بود. گاهی به کلیسا می‌رفتیم ولی آنطور که از کودکی بار آمده بودم سعی می‌کردم متکی به خودم باشم. فلسفه‌ام می‌گفت فقط خودم می‌توانم خوب و بد زندگی‌ام را بسازم. حالا اما به اشتباهم پی برده بودم و مدام با خودم می‌گفتم اگر پایه‌های مذهبی دخترم محکمتر بود، حتماً حالا اینطور گرفتار اعتیاد نمی‌شد. بی‌گمان من یک جای مسیر را اشتباه رفته بودم وگرنه چطور امکان داشت به تنهایی از پس یک کار سخت بربیایم و موفق باشم، اما نتوانم زندگی دخترم را نجات بدهم.

یک روز وسایلم را جمع کردم، سوار جیپ شدم و به طرف کمپ شکار پنسیلوانیا راه افتادم. باید با خودم خلوت می‌کردم، تمام فکرم را جمع می‌کردم و چاره‌ای می‌یافتم. نزدیک غروب بود که به کمپ رسیدم. ماشین را خاموش کردم و تا وقتی خورشید کاملاً غروب کند، همان‌جا نشستم.

نیاز داشتم خوب فکر کنم. من و همسرم لحظه‌های دشواری را تجربه می‌کردیم. خیلی از ازدواجها چنین لحظه‌هایی را تجربه می‌کنند بخصوص وقتی یکی از اعضای خانواده اعتیاد دارد. به صندلی کناری‌ام نگاهی انداختم و یک مجله شکار دیدم. کنارش کتاب مقدس بود. کتاب را آورده بودم چون فکر می‌کردم دیگر به تنهایی نمی‌توانم کاری بکنم. فکر می‌کردم این کتاب می‌تواند راه‌حلی پیش پایم بگذارد. پناه‌بردن به خدا، تنها کاری بود که به آن نیاز واقعی داشتم. کتاب را باز کردم و اتفاقی صفحه‌ای را آوردم. باید به توصیه‌های آن هم عمل می‌کردم. باید قلب شکسته، دردها و غصه‌ها و از همه مهمتر نگرانی‌هایم را به خدا می‌سپردم و از همه احساسات منفی خلاص می‌شدم. باید خودم را به خدا می‌سپردم و از او می‌خواستم مرا دوباره از نو بسازد. از خدا خواستم هرطور که صلاح می‌داند من را احیا کند. خودم تنهایی نمی‌توانستم. اگر خدا نمی‌خواست، اگر کنارم نبود، اگر من را به حال خودم رها می‌کرد، من هیچ نبودم.

به ساعت روی داشبورد نگاه کردم. نزدیک ۹ بود. چند ساعت همان‌طور در ماشین نشسته بودم؟... تا آن روز سابقه نداشت.

رادیو را روشن کردم. همیشه روی یکی از کانالهای محلی تنظیم بود. و چه جالب! مجری داشت از کتاب دعا مطلبی را می‌خواند.

سفر من تمام شده بود و باید به خانه برمی‌گشتم. هنوز نمی‌دانستم دقیقاً راه نجات دخترم چیست. هیچ نسخه جادویی و شفابخشی برای رهایی از اعتیاد در دستانم نداشتم. اما خوب می‌دانستم که زندگی‌ام به یک تغییر بزرگ و اساسی نیاز دارد. از آن شب خودم و همسرم بیشتر به خدا نزدیک شدیم. لحظه‌های بیشتری از شبانه‌روزمان صرف دعا و طلب کمک از خدا شد. تصمیم گرفتم خدا را بیشتر بشناسم.

درگیری‌های دخترم همچنان ادامه داشت. چندبار به زندان افتاد. هربار با همسرم به دیدنش می‌رفتیم و به او اطمینان می‌دادیم که کنارش هستیم و هنوز عاشقانه دوستش داریم. در این رفت‌وآمدها با خانواده‌هایی آشنا شدیم که مشکلی شبیه ما داشتند. از همان هفته قرارها و جلسه‌های ما شروع شد. همگی یک درد مشترک داشتیم. عزیزترینهای ما درگیر مشکلی به نام اعتیاد بودند و به کمک ما نیاز داشتند.

سرانجام روزی از راه رسید که دخترم به‌شدت بیمار شد. وقتی در بیمارستان بستری شد به دیدنش

بقیه در صفحه ۴۹



ویرانگر

محسن طیّب
Tayebakbarzadeh1234@yahoo.com

تمامی اسامی مستعار امّا داستان کاملاً واقعی است

براساس سرگذشت: مجید

مادرمان که مُرد، پدرم که ۶۰ سالش بود رو به افسردگی گذاشت. نه به خاطر تنهایی‌اش، چرا که پدر تقریبا در همه سالهایی که در آن کارخانه دولتی کار می‌کرد تنها بود. محل کارش در شهرستان و تقریبا وسط بیابان بود و فقط هفته‌ای دو روز به تهران می‌آمد که با احتساب زمان رفت و برگشتش به زور ۳۲ ساعت در کنار خانواده‌اش بود. حتی پس از اینکه من و دو خواهر و برادر کوچکترم ازدواج کردیم، مادرمان در هفت سال قبل از بازنشستگی پدر همچنان تنها بود. درست مانند پدر که به دلیل نوع کارش که نگهبانی بود، در آن کارخانه تقریبا همیشه تنها بود. او شیفت شب بود و تا صبح در اتاق محل کارش تنها بود و روزها نیز تا عصر می‌خوابید و چند ساعتی را هم که تا شروع شیفت شب فرصت داشت، یا ورزش می‌کرد و یا وقتش را صرف کارهای صحافی کتاب ـ که توسط یک دوستش در تهران به او واگذار شده بود ـ می‌کرد، فقط برای اینکه بتواند مخارج زندگی خانواده‌اش را تامین کند و نگذارد فرزندانش هیچ حسرتی به دل داشته باشند.

همه این توضیحات را دادم تا حرف اولم را تکرار کنم که دلیل افسردگی پدر که روز به روز بیشتر هم می‌شد، تنهایی‌اش نبود، بلکه عشق بود. پدر آنقدر مادرم را دوست داشت که بعد از فوتش، یک مرتبه ساکت شد و همین سکوتش باعث نگرانی سه فرزندش شد. چرا که من و مهران و مهناز آنقدر مدیون پدر بودیم که حتی فکر بیماری‌اش نیز آزارمان می‌داد. پدر در همه سالهایی که کار می‌کرد، تقریبا تمام درآمدش را خرج بچه‌هایش کرد و شاید به همین خاطر حالا و در زمان بازنشستگی فقط یک آپارتمان ۵۵ متری برایش باقی مانده بود. بیشترین سهم از بذل و بخششهای بی‌پایان پدر هم نصیب من شده بود که چون فرزند ارشد بودم، پدر خواسته یا ناخواسته همیشه بیشتر از دو خواهر و برادرم هوایم را داشت. همیشه بهترین لباسها مال من بود. وقتی خودش یک اتومبیل فیات قدیمی داشت، برای من که دانشجو بودم ماشین شیک و مدل روز خرید. برای ازدواجم وامی از محل کارش گرفت که باعث شد تا روز بازنشستگی نیمی از حقوقش را قسط بدهد و حتی چهار سال قبل که مدام از بزرگ شدن فرزندانم و کوچک بودن آپارتمانم ناله می‌کردم، پدر خانه‌اش را فروخت و با اینکه به خواهر و برادرم نیز کمک مالی کرد، اما تقریباً بیشتر از دو برابر حق آنها را به من داد تا بتوانم آن آپارتمان شیک را در شمال تهران بخرم و پدر نیز آن آپارتمان کوچک را خرید تا در روزهای بازنشستگی کنار مادرمان خوش باشند.

خوشبختانه مهران و مهناز نیز هرگز به اینکه چرا من سهم بیشتری از آنها گرفتم معترض نشدند، نه فقط به این خاطر که پدرمان به ما یاد داده بود که "من و تو نداریم و همه چیز مال همه است" که در عین حال، دلیل اصلی رضایت خواهر و برادرم این بود که من در نظر آنها الگو و اسطوره خانواده بودم، همانطور که مادر و پدرم نیز این عقیده را داشتند. اما همانطور که گفتم، با مرگ مادر یک مرتبه انگار شیرازه زندگی و خانواده ما از هم پاشید. پدر روز به روز تنهاتر و رنجورتر می‌شد و به همین دلیل و علیرغم میل خودش، او را نزد روانشناس هم بردیم، اما دکتر "مطلبی" که از اقوام دورمان بود و کاملا با خانواده‌مان آشنایی داشت، بعد از یکی دو جلسه صحبت با پدر همان حرفی را زد که خواهر و برادرم بارها گفته بودند: "آقا سینا فقط مواقعی که تنهاست در خودش فرو میره و فکر می‌کنه. من بارها دیدم وقتی در مهمانیهای خانوادگی همگی جمع هستین با همه و مخصوصا با نوه‌هاش میگه و می‌خنده و اصلا تنهایی رو فراموش می‌کنه. شما باید کاری کنید که تنها نمونه...!"

از همان روز بود که بزرگترهای فامیل آن نسخه را پیچیدند که مهناز و مهران از همان روزهای پس از فوت مادر آن را تکرار می‌کردند، فک و فامیل می‌گفتند: "آقا سینا یه عمر شما سه تا بچه رو به نیش کشید و بزرگ کرد، به این امید که در دوران بازنشستگی شادیتون رو ببینه، الان وظیفه شماست که از پدرتون نگهداری کنید. خدا رو شکر علیل و بیمار که نیست، فقط به همزبون نیاز داره... "

خواهر و برادرم نیز از همان روزهای سخت تنهایی پدر می‌گفتند: "اصلا چرا بابای ما باید تنها باشه؟ بهتره اونجا رو اجاره بده که دست و بالش باز بشه تا به قول خودش جلوی نوه‌هاش بتونه دست توی جیبش کنه خودش هم میاد و با بچه‌هاش زندگی میکنه که تنها نباشه!به نظر بهترین پیشنهاد بود، اما نه در نظر من! منظورم این است که از همان ابتدا که این موضوع مطرح شد، معلوم بود که نظر همه روی من است و حق هم داشتند که از من چنین انتظاری داشته باشند، چرا که خانه من از خانه مهران ومهناز بزرگتر بود، چهار اتاق داشت و سه فرزندم نیز ـ که بزرگترین نوه‌ها بودند ـ با پدربزرگشان خیلی رابطه خوبی داشتند.

من اما یک مشکل بزرگ داشتم. دلم نمی‌خواست آرامشی که از حدود سه سال قبل بین من و همسرم "لادن" به وجود آمده بود آسیب ببیند! تا دو سال قبل، زندگی من و زنم یک جهنم واقعی بود. لادن به شدت نسبت به من حساس و بدبین شده بود. روزی نبود که بین ما بگومگو و جنجال رخ ندهد. حتی کار کم کم داشت به طلاق و جدایی هم می‌کشید که بالاخره من توصیه دوستان نزدیکم را پذیرفتم که می‌گفتند: "تو زیاده از حد خسیس هستی مجید. خودت بهترین ماشین رو سوار میشی و مدام به گردش و تفریح میری، اون وقت این زن بیچاره همیشه توی خونه‌ست. کمی دست به جیب شو که اون هم خوشحال بشه. مگه نمی‌دونی بیشتر زنها با پول خوشحال میشن؟"

حق با آنها بود. این را از موقعی متوجه شدم که یک ماشین شاسی بلند انداختم زیر پای لادن و اجاره یکی از مغازه‌هایم را نیز هر ماه به او دادم و خوشبختانه او نیز چون خوب بلد بود پول خرج کند، مدام با ماشینش بیرون از خانه بود و با دوستانش به مهمانی و سفر می‌رفت و از همان موقع بود که مشکلاتمان کمرنگ شد و من هم راحت شدم!

اما حالا اگر قرار بر این می‌شد که پدر با ما زندگی کند، شک نداشتم که مشکلات دوباره شروع می‌شود. نه فقط به این خاطر که لادن نیز مانند همه زنان حوصله زندگی با خانواده شوهرشان را نداشت، که نگرانی بزرگتر من از این بود که با حضور پدر در خانه ما، زنم ناخودآگاه اوقات بیشتری را در خانه بگذراند و دوباره به من گیر بدهد و درگیریهایمان باز هم شروع شود! به همین خاطر آن شب که برای حل این مشکل و بدون حضور پدر در منزل ما جمع شده بودیم، فکری به ذهنم رسید و قبل از اینکه بخواهم مزایای زندگی در خانه سالمندان را برای بقیه توضیح بدهم، چنان از سوی خواهر و برادرم بایکوت شدم که بلافاصله حرفم را عوض کردم

و گفتم "منظورم چیز دیگری است" و برای اینکه "بی عاطفه" محسوب نشوم و به عنوان یک راه فرار گفتم: "حرف منو بد برداشت کردین. منظور من اینه که اگر پدر ازدواج کنه مشکلش حل میشه!"

خوشبختانه همه با این نظر من موافق بودند. از مرگ مادر نزدیک به دو سال و نیم می گذشت و از این جهت کسی نمی توانست ما و پدر را بی عاطفه بداند، اما مشکل اصلی خود پدر بود. پدر طوری به مادر مرحومان عادت کرده و عاشقش بود، که اصلاً فکر زن دیگری را هم نمی کرد. با این حال قرار شد هر کس گزینه مناسبی سراغ دارد معرفی کند و او را غیر مستقیم با پدر آشنا و شانسمان را امتحان کنیم. اما هرچه بیشتر تلاش می کردیم بیشتر باعث عصبانیت پدر می شدیم، چرا که پدرمان به هیچکدام از آن سه، چهار زنی که به او معرفی کردیم حتی نگاه نکرد و با آنها یک کلمه هم حرف نزد و خشمگین هم شد و... تا اینکه یک مرتبه به یاد "فرشته خانم" افتادم. زن پنجاه ساله‌ای که از بسیاری جهات با مادر خدابیامرزمان شباهت داشت. هم از نظر ظاهری و مخصوصا به لحاظ رفتار و باطن و سادگی که داشت. فرشته خانم بسیار مهربان و نسبت به سنش زیبا بود و خیلی هم مهربان، یعنی همه آن چیزهایی که پدرمان در همسر مرحومش سراغ داشت، که خوشبختانه تیرمان به هدف نشست! چرا که در همان دیدار اول که من فرشته خانم را به عنوان "خواهر یکی از مشتریان شرکت" به جشن تولد خواهرزاده‌ام آوردم، از همان لحظه‌ای که با پدر سلام و علیک کرد، همگی متوجه تغییر روحیه پدر شدیم. تا جایی که آن دو نفر تا آخر شب لحظه‌ای هم از کنار همدیگر دور نشدند و تمام اعضای فامیل متفق القول می گفتند: "چقدر این دو نفر به هم میان!"

فردا صبح نیز وقتی خواهرم "موافقت غیرمستقیم" را از زبان پدر شنید، همراه برادرم مهران به سراغم آمدند و تبریک گفتند و نظرشان این بود که هر چه زودتر باید مراسم ازدواج را برگزار کنیم که مشکلی پیش نیاید. همه از بابت این اتفاق خوشحال بودند، مخصوصاً که فرشته خانم حدود ده سال قبل شوهرش را از دست داده بود، فرزند نداشت و دیگر هم ازدواج نکرده بود و خودش نیز حقوق بازنشستگی داشت و چون پدر نیز خانه و حقوق بازنشستگی داشت، مشکل مالی هم پیدا نمی کردند. به قول همسرم لادن، انگار آنها در و تخته‌ای بودند که من فقط به هم چفتشان کردم!

قرار شد من مقدمات کار را فراهم و با آن زن صحبت کنم. خوشبختانه فرشته خانم هم از پدرم ـ که به خاطر ورزشکار بودنش جوانتر از سنش نشان می داد ـ خوشش آمده بود. زن کم توقعی هم بود و حتی به زور و با اصرار مهناز پذیرفت که غیر از حلقه ازدواج، یک النگو هم بخرد. آخرین صحبت را نیز من با فرشته خانم کردم و خیالم که راحت شد، پدر ازدواج کرد.

***

هر چه از زمان عروسیشان می گذشت، پدر خوشحالتر و سرحالتر می شد و دیگر همه یقین پیدا کرده بودیم که پدرمان دوباره دارد خوشبختی را تجربه می کند و... که کم کم و پس از حدود هشت ماه، اوضاع کمی تغییر کرد! گاهی اوقات که من و خانواده‌ام، یا خواهر و برادرم به آنها سر می‌زدیم با اینکه هر دو سعی می کردند رفتارشان عادی باشد، اما معلوم بود میانشان شکر آب شده است. پدر برخلاف چند ماه اول که لااقل هفته‌ای دو، سه شب یا ما را به خانه‌اش دعوت می کرد یا به منزلمان می آمد، دیگر به ندرت میزبانمان می‌شد و معمولا هم برای آمدن به مهمانیها بهانه می آورد و نمی آمد. تا بالاخره لادن و خواهرم با همان روشهای زنانه‌شان از زیر زبان پدر کشیدند که ظاهرا دلیل ناراحتیش این است که فرشته خیلی از خانه خارج می‌شود! من نیز چند بار این موضوع را به فرشته خانم تذکر دادم و او هر بار قول داد که رعایت خواهد کرد و... تا آن شب کابوس وار فرا رسید...! اوایل شب بود که پدرم تلفن زد و گفت "از خانه نرو بیرون تا من بیام" و دقیقه‌ای بعد هم خواهر و برادرم زنگ زدند و گفتند که پدر با آنها هم تماس گرفته و گفته به منزل مابیایند!

همگی نگران بودند، اما من از همه بیشتر ترسیده بودم. ساعت حدود ۸ شب بود که پدر و فرشته خانم آمدند، در حالیکه صورت پدر از فرط عصبانیت کبود بود و صورت فرشته خانم نیز به خاطر سیلی که خورده بود!

هنوز هیچکس حرفی نزده بود که پدر بی‌مقدمه رو به من کرد و گفت: "ببینم مجید، تو خبر داشتی که فرشته به تریاک معتاده و به من نگفتی؟"

یک مرتبه انگار بر خانه گرد مرگ پاشیدند! همه سکوت کردند و به فرشته خیره شدند که سرش را از شرم پایین انداخته بود. بقیه با نفرت نگاهش می کردند، اما پدر فقط به من نگاه می کرد و یکبار دیگر و با فریاد گفت: "چرا جواب نمیدی پسر؟ بگو که این زن دروغ میگه!" احساس می کردم خون در رگهایم منجمد شده و به سختی فقط یک کلمه گفتم: "نه..." که پدر برخاست و رو به آن زن ادامه داد: "بهت گفتم اگه به پسرم تهمت بزنی و دروغ گفته باشی طلاقت میدم... تمام..."

پدر این را گفت و داشت از خانه خارج می‌شد که صدای فرشته او را در جا میخکوب کرد: "دروغ نگو آقا مجید... من بهت گفتم که به تریاک اعتیاد دارم. خودت سه سال مصرف کردن منو دیده بودی...، بهت گفتم پدرت آدم خوبیه و نمی‌تونه منو تحمل کنه! ولی تو مدام می گفتی ترک کن / سعی کن پدر نفهمه / برو منزل دوستات مصرف کن پدر نفهمه و... و..." من هم خیلی سعی کردم اما وقتی "مریم خانم" به دستور تو دیگه منو به خونه‌ش راه نداد، مجبور شدم به جای کشیدن تریاک بخورم، تا اینکه آقا سینا امشب و موقعی که داشتم جنس می‌خریدم مچم رو گرفت و..."

فرشته خانم به گریه افتاد، پدر و خواهر و برادرم بهتزده نگاهش کردند و او رو به پدر ادامه داد:

"حق منه که طلاقم بدی. من به درد زندگی با تو نمی‌خورم آقا سینا، اما برخلاف اون چیزهایی که بهم گفتی، من زن بدی نیستم! وقتی شوهرم که ـ همون نامرد منو معتاد کرد ـ مُرد، من بودم و دنیای تنهایی، واسه اینکه مورد سوءاستفاده قرار نگیرم در خانه رو روی خودم بستم و نگذاشتم کسی بفهمه دچار این بدبختی شدم، تا اینکه با "مریم" آشنا شدم و با خودم فکر کردم این زن که شوهر داره و به قول خودش "تفریحی مصرف می کنه..." می‌تونه دوستم باشه و همان جا بود که پسرت منو دید و یه روز بهم گفت "بیا زن پدر من بشو!" به خدا بهش گفتم من معتادم، اما برای اینکه از دست تو خلاص بشه آقا سینا، فکر کرد من بهترین راه حل هستم! فرشته خانم اینها را گفت و به هق هق افتاد، اما دیگر کسی او را نگاه نمی کرد. نگاه همه به من بود و تنفر و بیزاری را میشد در چشمان تک تکشان حس کرد و...

و سرانجام آنچه را که وحشت داشتم اتفاق افتاد و لادن از من پرسید: "مریم کیه؟" و موقعی که فهمید تلاش می کنم دروغ بگویم، رو به فرشته سوالش را تکرار کرد: "مریم کیه فرشته خانم؟ کمکم کن تا کمکت کنم!" فرشته که لب به سخن باز کرد، من از خانه خارج شدم.

***

وقتی لادن فهمید که من از چهار سال قبل "مریم" را صیغه کرده‌ام واصلاً به همین خاطر برای لادن و بچه‌هایم دست و دلباز شده‌ام، یک کلمه هم حرف نزد و فقط برایم پیغام فرستاد: "اگه میخوای آبروت رو نبرم بدون دردسر طلاقم بده"! من هم که نمی‌خواستم لااقل اعتبارم بین همکارانم از بین برود، پذیرفتم و از فردای آن روز سه فرزندم ـ که کوچکترینشان دوازده ساله است ـ دیگر به سراغم نیامدند وحتی خواهر و برادرم نیز مرا طرد کردند!

پدر نیز وقتی فهمید که فرزند ارشدش فقط به این خاطر که "عیش خودش خراب نشود" آن نقشه را کشیده، آخرین جمله را به من گفت: "دیگه نمی‌خوام ببینمت مجید. این زن از تو مردتره!"

ابتدا فکر کردم پدر به این خاطر آن حرف را زده که فرشته در مورد حرفهایش به او دروغ نگفته، اما بعداً فهمیدم قضیه چیز دیگری است. همان شب و پس از خروج من از خانه، وقتی پدر به او می گوید: "اگر قول بدی ترک کنی، من پات وامیسم" فرشته خانم می‌زند زیر گریه و می گوید: "ترک کردن انگیزه

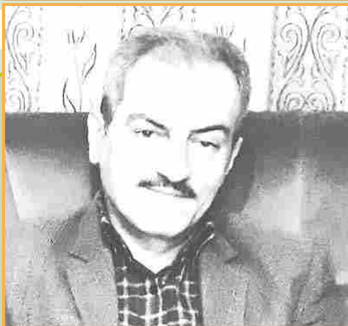
بقیه در صفحه ۶۵

به نتیجه رسیدن امور مهم، اغلب به انجام یافتن امری کوچک بستگی دارد

● جاردینی

پیام یک عاشق

از: مسلم آژ



قبل از اصل مطلب:

عملیات "کربلای دو" شهریور سال ۱۳۶۵ در منطقه حاج عمران انجام شد و یکی از ویژگیهای آن حضور یک گردان از اسیران داوطلب عراقی در میان نیروهای "تیپ ۹ بدر" بود. رزمندگان با حمله سریع و برق آسای خود توانستند ارتفاعات مهم و استراتژیک ۲۵۱۹ و شهید صدر را فتح کنند و شهرهای مرزی و جاده های مواصلاتی را از دید و تیررس توپخانه ارتش بعث خارج کردند. "جعفر ملاحی" رزمنده و جانباز جنگ تحمیلی است که سال ۱۳۴۶ در شهرستان "نوکنده" از توابع بندرگز به دنیا آمد. او اولین بار سال ۱۳۶۲ راهی جبهه های نبرد با دشمن متجاوز بعثی شد و نزدیک به دو سال در لشکر ۲۵ کربلا و جنگهای برون مرزی با قرارگاه رمضان در عملیاتهای مختلف شرکت کرد. در گفت‌وگوی اختصاصی که با "ملاحی" داشتیم، او از همراهی خود و دوستانش به عنوان امدادگر عملیاتی در عملیات کربلای دو با نیروهای تیپ ۹ بدر سخن به میان آورد و خاطرات خود را از آن روزهای ماندگار اینگونه برایمان بازگو کرد.

تفاوت استحکام

فصل گرم تابستان سال ۱۳۶۵ از نیمه گذشته بود و من با تعدادی از دوستان در ماموریتی جدید به عنوان امدادگر عملیاتی راهی مقر تیپ ۹ بدر در جاده اهواز ـ ماهشهر شدیم. نیروهای تیپ بدر از شیعیان رانده شده و مجاهدین عراقی مخالف حزب بعث بودند و دوشادوش رزمندگان ایران با ارتش صدام می‌جنگیدند و از همان زمان زمزمه‌هایی از شروع عملیات به گوش می‌رسید و شور وحال شگفت انگیزی در میان نیروها به وجود آورده بود و با رسیدن اتوبوسها به مقر تیپ بود که همگی به کرمانشاه و از آنجا به پیرانشهر رفتیم و در اردوگاهی در منطقه باز و وسیعی که در دامنه ارتفاعات قرار گرفته بود، داخل چادرها مستقر شدیم.

توپخانه ارتش صدام شهرهای مرزی را هدف گلوله باران قرار می‌داد و شرایط زندگی برای مردم منطقه را سخت و دشوار کرده بود و رزمندگان می‌بایست با حمله برق آسای خود مواضع دشمن را درهم می‌کوبیدند و با تصرف ارتفاعات مهم منطقه آرامش را دوباره به مردم بازمی‌گرداندند.

هوا که تاریک شد، سوار بر خودروهای تویوتا وانت راهی منطقه عملیاتی شدیم، اما عبور از منطقه کوهستانی و صعب العبور با آن جاده‌های پرپیچ و خم کار آسانی نبود. خودروها به گِل آغشته شده بودند و می‌بایست پشت سر هم در جاده‌ای کم عرض و باریک با چراغ خاموش حرکت می‌کردند و گهگاه راننده‌ای از مسیر خود منحرف می‌شد و هر لحظه امکان سقوط به دره‌های عمیق وجود داشت. به همین خاطر من از خودرو پیاده شدم و با چفیه سفیدی که به دور سر و گردنم پیچیده بودم، چند متری جلوتر از اولین خودرو در وسط جاده پای پیاده به راه افتادم تا با آن چفیه سفید نشانی برای راننده خودروها باشم و از منحرف شدن آنها جلوگیری کنم. خودروها یکی پس از دیگری پشت سر هم و آهسته و آرام به دنبال من حرکت می‌کردند و سرانجام به منطقه‌ای رسیدیم که رزمندگان می‌باید پای پیاده به راهشان ادامه می‌دادند.

شب از نیمه گذشته بود و خسته از مسیر طولانی به امامزاده‌ای با یک خانه گِلی و قدیمی رسیدیم و رزمندگان مشغول استراحت شدند.

نفسی تازه کردیم ودوباره به راهمان ادامه دادیم وحدود ساعت سه نیمه شب به سنگرهای بزرگ و اورژانس صحرایی رسیدیم. اورژانس و سنگرها در دل کوه و برای عملیات ساخته شده بودند و رزمندگان به استراحت در آنها مشغول شدند. با روشن شدن هوا، جنگنده‌های دشمن در آسمان منطقه به پرواز درآمدند، اما از بمباران و یا صدای انفجار خبری نبود و گویی برای شناسایی در آسمان منطقه گشتزنی می‌کردند. روز را داخل اورژانس صحرایی و سنگرها به شب رساندیم و ساعت ده شب را نشان می‌داد که دستور حرکت و پیشروی رزمندگان به طرف مواضع دشمن صادر شد. رزمندگان در یک ستون و پشت سر هم در جاده باریک و مالرو شروع به حرکت کردند تا هر چه زودتر خود را به بالای ارتفاع و مواضع و سنگرهای دشمن برسانند.

نیم ساعتی از شروع حرکتمان گذشته بود که ناگهان با آتش توپخانه دشمن روبرو شدیم که مسیر حرکت به طرف بالای ارتفاع را گلوله باران می‌کرد. گلوله‌های توپ و خمپاره از آسمان فرو می‌آمد و گهگاه برای در امان ماندن از ترکش خمپاره روی زمین در جاده مالرو دراز می‌کشیدیم.

ترس و نگرانی از لو رفتن عملیات وجودمان را گرفته بود و دقایقی بی آنکه حرکت کنیم و یا صدایی از کسی شنیده شود، همچنان روی زمین دراز کشیده بودیم و در انتظار فرمان حرکت از جلوی ستون به سر می‌بردیم.

در میان انفجار گلوله‌های توپ و خمپاره صدا به صدا نمی‌رسید و در آن تاریکی و سیاهی شب، چشم چشم را نمی‌دید، هر رزمنده‌ای می کوشید فرمان بلند شدن و حرکت را با دست و تکان دادن نیرویی که در پشت سرش قرار گرفته بود، اطلاع دهد. در میان گلوله باران دشمن چند رزمنده زخمی شدند و دوستان امدادگر می کوشیدند با بستن زخمهایشان آنها را به اورژانس منتقل کنند.

دقایق سخت و به کندی می گذشت و در میان آتش و انفجار و بوی باروت و دود که در منطقه پیچیده بود به پیشروی و رسیدن به بالای ارتفاع ادامه می‌دادیم. گلوله‌های توپ و خمپاره دشمن زوزه کشان از آسمان فرود می‌آمدند و رزمندگان درجاده باریکی که همچون مار بزرگی در دامنه ارتفاع پیچ و تاب خورده بود، بالا می‌رفتند.

تاریکی و سیاهی شب کار را سخت و دشوار کرده بود و گهگاه شلیک گلوله‌های منور از طرف دشمن آسمان منطقه را روشن می‌کرد و ما با



ایستاده از راست آقای روحی ونشسته سمت چپ جعفر ملاحی در کنار اسیر عراقی

دیدن اطراف و دره‌های عمیقی که از کنارشان عبور می‌کردیم از مسیر حرکت آگاه می‌شدیم و با دشواری و مشقت زیاد به پیشروی ادامه می‌دادیم، اما از آنجا که هر لحظه بر شدت گلوله باران دشمن افزوده می‌شد ناگزیر زمین گیر شدیم.

در آن سیاهی و ظلمت که چشم چشم را نمی‌دید فقط سرخی گلوله‌های خمپاره را می‌دیدیم که زوزه کشان از اطرافمان می‌گذشتند و در پایین دره منفجر می‌شدند و تنها راه در امان بودن ما، دراز کشیدن روی جاده مالرو بود.

جاده‌ای باریک که می‌کوشیدیم با چسباندن سر و گردن به دیواره کوه خود را روی جاده جا دهیم، اما پاهایمان همچنان به طرف پایین دره آویزان بود.

با شدت گرفتن گلوله باران دشمن، توپخانه نیروهای خودی بیکار ننشست و مواضع و سنگرهای دشمن در بالای ارتفاع را هدف قرار داد.

از یک سو بارانی از گلوله‌های خمپاره دشمن زوزه کشان به طرف پایین و داخل دره منفجر می‌شد و از سوی دیگر انفجار گلوله‌های توپ نیروهای خودی باعث شده بود تکه‌های بزرگ و کوچک سنگ به طرف ما سرازیر شود. نه راهی برای رفتن داشتیم و نه راهی برای ماندن، فقط برای در امان ماندن از ترکش خمپاره و تکه‌های سنگ، سرم را میان دو دست گرفته بودم و خود را محکم به زمین فشار می‌دادم. گرد و غبار ناشی از انفجار و ریزش سنگها باعث شد بینی و دهانم از خاک پر شود و نفس کشیدن را مشکل می‌کرد. در آن شرایط سخت و دشوار، بی آنکه خبری از فرماندهان در جلوی ستون داشته باشیم و نمی‌دانستیم چه مدت باید در این وضعیت باقی بمانیم و برای در امان ماندن خود را به دیواره کوه و روی جاده مالرو می‌چسباندم.

در میان نور انفجار گلوله‌های توپ و خمپاره که بر لحظاتی مسیر حرکتمان را روشن می‌کرد و دوباره تاریکی شب به آن حمله ور می‌شد، ناگهان توجهم به فرمانده گروهان جلب شد که به سرعت به طرف انتهای ستون می‌آمد.

او مضطرب و نگران از رزمندگان می‌خواست هرچه زودتر از جا بلند شوند و خود را به دیگر نیروها در جلوی ستون برسانند.

حالا نیم بیشتری از ستون رزمندگان حرکت کرده بودند، اما رزمندگان پشت سر شهید بی آنکه بدانند از دیگر نیروها جا ماندند و فرمانده گروهان با اصرار از نیروها می‌خواست هرچه زودتر حرکت کنند و خود را به دیگر رزمندگان برسانند و آماده حمله به مواضع دشمن شوند.

من در انتهای ستون قرار گرفته بودم و در حالتی که می‌کوشیدم از جای خود بلند شوم، ناگهان گلوله منور دشمن در آسمان شلیک شد و سینه شب را شکافت.

در زیر نور منور نگاهم به "**مُندَک**" رزمنده اصفهانی افتاد که پشت سر من و آخر ستون بود و آرام و بی‌حرکت روی جاده مالرو به پشت دراز کشیده بود و چهره زیبا و معصومش با آن ریشهای بور و چشمان رنگی همچنان به آسمان خیره شده و گویی در آرامش کامل به خواب عمیقی فرو رفته بود. رد خونی که از سینه‌اش جاری بود بر اثر انعکاس نور گلوله منور می‌درخشید و حکایت از اصابت ترکش به قلب و شهادت او می‌کرد. زانوهایم سست شد. به آرامی کنارش نشستم، چشمان او را بستم و بوسه‌ای بر پیشانی‌اش زدم. زمزمه کنان با او وداع کردم و زیر لب از دیدارمان به قیامت گفتم، بعد هم با بغضی در گلو مانده و چشمانی اشکبار، چفیه‌ام را روی سر و صورتش انداختم و از جا برخاستم و شروع به دویدن کردم تا به دیگر رزمندگان برسم.


نفر وسط جعفر ملاحی و سمت راست از مجاهدین تابع مجلس اعلای عراق

شیب تندی سر راه ما برای رسیدن به سنگرهای دشمن بود و کار را سخت می‌کرد، اما با دشواری از لابلای تخته سنگها به طرف سنگرهای دشمن تیراندازی می‌کردیم و می‌کوشیدیم به بالای قله برسیم. این در شرایطی بود که یک سنگر مستحکم تیربار دوشکا که در آخرین نقطه قله قرار داشت همچنان رگبار گلوله خود را به سوی رزمندگان شلیک می‌کرد و لحظه‌ای قطع نمی‌شد. در جهنم سوزان جنگ و نبرد، تعدادی از رزمندگان برای خاموش کردن تیربار دوشکا شروع به حرکت به طرف آن کردند اما قبل از رسیدن به سنگر دوشکا یا به شهادت رسیدند و یا غرق در خون روی زمین افتادند. اما هر طور که بود چند رزمنده با احتیاط به سنگر تیربار و دوشکا نزدیک شدند. نیروی بعثی دیگر گلوله ای برای شلیک نداشت و دو نارنجکی را که در دستانش پنهان کرده بود منفجر کرد و خود را به هلاکت رساند و سه چهار رزمنده هم زخمی شدند. ما حالا با عقب نشینی نیروهای ارتش بعث به بالای قله رسیدیم و با دیدن استحکامات دشمن مات و مبهوت به سنگرهای بتونی و مستحکم آنها خیره شده بودم که در دل کوه ساخته بودند.

سنگرها با کانالهایی که حفر شده بود به یکدیگر راه داشتند و نیروهای دشمن بدون آنکه دیده شوند به راحتی و با خیال آسوده از آنها عبور می‌کردند و از ترکش و گلوله در امان می‌ماندند. **با دیدن این سنگرها و استحکامات ارتش بعث و مقایسه آن با مواضع رزمندگان دریافتم که به راستی از نظر توان نظامی حرفی برای گفتن نداریم.**

ماجرای اسرای عراقی

جنگی میان تاریکی شب و روشنی صبح در ارتفاعات سر به فلک کشیده در جریان بود. شب می‌خواست به سلطه‌اش ادامه دهد و روز می‌کوشید روشنی‌اش را به رزمندگان هدیه کند و روشنایی پیروز میدان بود. خورشید چشمک زنان به دلاورمردان ایران درود می‌فرستاد و بعد از جنگ و نبردی سخت و بی‌امان، دیدن ارتفاعات و دره‌های ناشناخته در زیر انوار طلایی خورشید، زیبایی خاص و خیره کننده‌ای داشت و من به عنوان امدادگر عملیاتی می‌بایست هرچه زودتر برای نجات رزمندگان زخمی دست به کار می‌شدم.

در شیب تند کوه و وسط میدان مین چند رزمنده غرق در خون روی زمین افتاده بودند و با احتیاط از داخل معبر به سراغشان رفتیم.

اولین زخمی، طلبه رزمنده از حوزه علمیه بود و یک پایش بر اثر انفجار از زیر زانو قطع شده و خنکای هوای کوهستان کمی از شدت خونریزی کاسته بود و می‌بایست هرچه سریعتر پایش را می‌بستم. رمق و توانی در بدن نداشت اما با اصرار و التماس از من می‌خواست او را رها کنم و به درمان دیگر زخمیها مشغول شوم. مات و مبهوت فقط به او نگاه می‌کردم و سرانجام با اصرارهایش سراغ رزمنده دیگری رفتم. کارم که تمام شد دوباره خود را به طلبه جوان رساندم، اما همچنان اصرار می‌کرد به دیگر رزمندگان زخمی کمک کنیم. گلوله‌های توپ و خمپاره دشمن گاه و بی گاه در اطراف فرود می‌آمد و من و دیگر دوستان زخمیها را یکی پس از دیگری به بیرون از میدان مین آوردیم و خیالمان که از انتقال زخمیها راحت شد، به سراغ طلبه جوان رفتم. سرودی زیر لب زمزمه می‌کرد و به کمک سرنیزه‌ای که در دست داشت خود را روی زمین می‌کشید تا امدادگران مسیر کمتری را برای حمل او طی کنند. پایش را بستم و او را روی برانکارد گذاشتیم و با احتیاط از میدان مین خارج کردم و از نیروهای حمل مجروح خواستیم آنها را به پایین ارتفاع و اورژانس صحرایی منتقل کنند.

همراه با دیگر رزمندگان به جستجوی اطراف و سرک کشیدن در سنگرهای دشمن مشغول شدیم. دو نفر از نیروهای بعثی، زخمی و در سنگری بودند و سه نیروی دیگر خود را در میان و لابلای صخره و

ادامه در صفحه ۵۷

در بسیاری از موارد، خاموشی باور است؛ هر چند سخنور باشی ● امام حسن (ع)

تازه چه خبر؟ خبرهای تلخ قدغن

مترجم: مریم نیک‌پور
maryanikpour@gmail.com

یک گوشه از دنیا زلزله شده، در گوشه‌ای دیگر مردم در گیر جنگهای داخلی هستند. در یک کشور قحطی امان همه را بریده و در کشوری دیگر بیماری همه گیر شده. هر روز، درست از لحظه‌ای که چشم باز می کنیم تا لحظه‌ای که می‌خواهیم بخوابیم، دور و بر ما پر است از خبرهای مختلف که البته این روزها باید بگوییم خبرهای بد و ناخوشایند. محققان و دانشمندان در دهه‌های اخیر تمام کوشش خود را به کار بسته‌اند تا با تغییر سبک زندگی عمر مفید ما را بیشتر کنند و ما را از مبتلا شدن به بیماریهای مختلف نجات دهند. اما شاید خیلی از ما به این موضوع مهم فکر نکرده‌ایم که شنیدن و تماشای خبر هم می‌تواند مثل مصرف نمک یا شکر برای سلامت ما مضر باشد. یعنی خبر می‌تواند همان کاری را با روح ما بکند که شکر یا نمک با جسم ما.

خبرهای سمّی

هضم خبر آسان است بنابراین رسانه‌ها ذرّه‌ذرّه خوراکی به ما می‌دهند که در ظاهر سلامت زندگی ما را تهدید نمی‌کند و مصرفشان هیچ خطری ندارد به همین دلیل است که هیچ‌وقت از مصرف خبر اشباع و سیر نمی‌شویم. برخلاف خواندن کتاب یا مقاله‌ها و گزارشهای طولانی مجله‌ها که خواندنشان به تفکر نیاز دارد، ما می‌توانیم مقدار زیاد و نامحدودی خبر کوتاه ببلعیم که خوراک خوب و چرب و نرمی است برای مغز. محققان می‌گویند امروز در برابر اطلاعات به همان نقطه‌ای رسیده‌ایم که دو دهه پیش در برابر غذا بودیم. و حالا وقتش شده که این موضوع مهم را به‌خوبی بفهمیم که خبر می‌تواند برای ما زهری کشنده باشد.

نتایج تحقیقات جدید روانشناسان نشان می‌دهد که مصرف بی‌رویّه خبر ضررهای بسیاری دارد. بیش از نیمی از افرادی که در این تحقیق شرکت کرده بودند، اعلام کردند خواندن یا تماشای خبر باعث می‌شود استرس و اضطراب داشته باشند، بیش از اندازه خسته شوند، همچنین خواب نامنظمی را تجربه کنند. با همه اینها از هر ۱۰ بزرگسال یک نفر هر ساعت خبرها را چک می‌کند. بسیاری از ما عادت کرده‌ایم مدام در شبکه‌های اجتماعی پرسه بزنیم زیرا این شبکه‌ها تیتر داغ آخرین خبرهای دنیا را در اختیار ما قرار می‌دهند، چه از این خبرها خوشمان بیاید چه نیاید.

این روزها اطلاع داشتن از خبرهای گوناگون دغدغه بسیاری از ما شده است. برای ما مهم است که هر لحظه از جدیدترین خبرها و اطلاعات مطلع باشیم. از طرفی کاملاً طبیعی است که به دلیل اوضاع و شرایط استرس‌زایی که در سرتاسر دنیا حاکم است، مطلع شدن از این خبرها استرس و اضطراب زیادی را به ما تحمیل کند اما محققان هشدار می‌دهند که تغییراتی که اخیراً در نحوه دریافت خبرها به‌وجود آمده، همچنین سبک خبرهایی که ما را احاطه کرده، برای سلامت روح و حتی جسم ما هیچ خوب نیست.

دکتر **گراهام دیوی**، روانشناس و محقق دانشگاه ساسکس آمریکا می‌گوید: "راه و روش ارائه خبرها و روشی که ما به این خبرها دسترسی پیدا می‌کنیم، در پانزده بیست سال اخیر تغییر کرده است. این تغییرات اغلب برای سلامت کلی روح و روان ما زیان‌بخش است و آسیب جبران‌ناپذیری به آن می‌زند." دکتر دیوی به این موضوع اشاره می‌کند که خبرهای امروزی به‌شدت تصویری و شوک‌کننده شده‌اند. او همچنین به ویدئوها، کلیپها و تصاویری اشاره می‌کند که هر لحظه از طریق گوشی‌ها در اختیار ما قرار می‌گیرند. این رسانه‌ها تماشاچیان خود را مسخ می‌کنند و به‌مرور، هر چه استفاده از آنها بیشتر می‌شود، علایمی مانند استرس، مشکلات خواب، تحریک خلق‌وخو یا رفتارهای تهاجمی هم بیشتر می‌شود.

بخشی از نتایج تحقیقات دکتر دیوی نشان می‌دهد که خبرهای بد تلویزیونی یک تغییردهنده قابل توجه خلق‌وخو هستند و خلق‌وخویی که بیشتر ایجاد و پرورش می‌یابد، اضطراب و غم است. دکتر دیوی این‌طور توضیح می‌دهد: "نتایج تحقیقات ما نشان می‌دهد که این تغییر در خلق‌وخو، نگرانی‌های درونی و شخصی تماشاچی را تشدید می‌کند حتی زمانی که خبرها به دریافت‌کننده خبر ربطی نداشته باشد، باز هم او را نگران می‌کند."

محققان می‌گویند افراط در شنیدن خبر باعث اضطراب و استرس می‌شود و همین دلیل کافی است که در شنیدن خبر بخصوص خبرهای تلخ افراط نکنیم. مشکلات و مسائل روحی که در پی آن ایجاد می‌شود همچنین مشکلاتی که از پیش در فرد وجود داشته، همگی دست به دست هم می‌دهند و به ناخوشی‌های جسمی هم دامن می‌زنند. هورمونهای مرتبط با استرس، یا همان کورتیزول، با التهاب مرتبط با آرتریت روماتوئید، بیماریهای قلبی و عروقی و دیگر بیماریهای مهلک جسمی ارتباط دارند. پس وقتی می‌دانیم شنیدن و دیدن خبرهای ناخوشایند برای سلامت روح و روان و جسم ما ضرر دارد و استرس بیش از اندازه‌ای را به ما تحمیل می‌کند، چرا همچنان مشتاق سرک کشیدن در خبرها هستیم؟

جواب این سوال خیلی ساده است و تنها یک دلیل دارد: چون سرگرم‌کننده هستند. مغز انسان هم به گونه‌ای برنامه‌ریزی شده که به اطلاعاتی که ما را به وحشت می‌اندازند یا ما را ناآرام و مغشوش می‌کنند توجه نشان دهد. مفهومی که آن را "گرایش منفی" می‌نامیم.

انسان از نظر روانشناختی یا عصب‌شناختی به تمرکز بر اطلاعات منفی تمایل بیشتری دارد زیرا هزینه‌های بالقوه اطلاعات منفی بر مزایای بالقوه اطلاعات مثبت می‌چربد و اهمیت بیشتری دارد. بااینکه این روزها می‌بینیم در شبکه‌های اجتماعی مطالب و داستانهای مثبت بیشتر به اشتراک گذاشته می‌شوند، محققان می‌گویند به اشتراک گذاری مطالب یک چیز است و تمایل به آن چیز دیگر. یعنی تمایل و عادتهای خبرخوانی ما همچنان دور و بر خبرهای منفی می‌گردد.



> تاریخ تکرار بی‌پایان خطاهای متنوع است
> ● لورنس دورل

سازمانهای خبری هم معمولاً از همین ویژگی استفاده می‌کنند و تیترها و عکسهای روی جلد یا صفحه اول را به خبرهای منفی اختصاص می‌دهند. نتایج یک تحقیق نشان داد، وقتی مجله‌ها از عکس مثبت روی جلد استفاده کردند، فروش ۳۰ درصد کاهش داشت.

دکتر **لورتا برونینگ**، استاد مدیریت دانشگاه کالیفرنیا می‌گوید: "به‌طور طبیعی، بقای ما به پیدا کردن پاداش و اجتناب کردن از ضرر و زیان بستگی دارد، اما اجتناب از ضرر اولویت دارد." دکتر برونینگ توضیح می‌دهد، مغز انسان به اطلاعات دردسرساز تمایل دارد به این دلیل که به‌گونه‌ای طراحی شده که تهدیدها و خطرها را دفع کند، نه اینکه آنها را نادیده بگیرد. این ویژگی مغز کار را برای ما دشوار می‌کند چون نمی‌توانیم از کنار منفی‌ها بی‌تفاوت بگذریم و فقط دنبال مثبتها باشیم. مغز ما مستعد و علاقه‌مند منفی‌هاست و خبرهایی که ما ناخودآگاه جست‌وجو می‌کنیم، این نیاز و علاقه مغز را برطرف می‌کنند. بااینکه مغز ما آخرین خبرها را جذّاب و جالب می‌بیند، خیلی سخت است بخواهیم دلیل بیاوریم که همه خبرها حقیقتاً راهگشا هستند.

دکتر برونینگ می‌گوید بیشتر نظرها و تفسیرهایی که برای تجزیه و تحلیل خبرها بیان می‌شوند، همتراز شایعات سالن غذاخوری هستند. این عقیده وجود دارد که خبرها را دنبال کنیم تا شهروند آگاه و مطلعی باشیم، اما خیلی از مسائلی که این روزها می‌شنویم، تنها شایعه‌هایی هستند که به اوضاع بد روحی ما دامن می‌زنند. و نباید این نکته را از یاد ببریم که وقتی قرار است شنیدن یا دیدن حتی خبرهای واقعی تا این اندازه حال روحی ما را خراب کند و به سلامت روح و جسم ما آسیب بزنند، بهتر است تا جایی که می‌توانیم اصلاً در معرض خبر و اطلاعات قرار نگیریم.

در مقابل، برخی از محققان عقیده دارند تاثیر خبر بر سلامتی از فردی به فرد دیگر متفاوت است. به‌عنوان مثال، کریس پیترز، استادیار رسانه و ارتباطات دانشگاه آلبورگ کوپنهاگ می‌گوید: "خبر یک ویروس و یا یک بیماری واگیردار مثل ابولا نیست که با روشهای قابل پیش‌بینی بر سلامت انسان تاثیر بگذارد. اگر نگوییم غیرممکن نیست، باید بگوییم پیش‌بینی اینکه چگونه توده مردم در برابر خبرها واکنش نشان می‌دهند، واقعاً پیچیده و دشوار است."

دکتر پیترز می‌گوید، نباید به این موضوع تمرکز کنیم که هر روز با چه تعداد خبر مواجه می‌شویم، روشی که ما خبرها را در مناسبات زندگی روزمره خود به کار می‌گیریم، اهمیت زیادی دارد. اگر ببینیم عادت خبری ما، روابط ما یا سلامتمان را به‌هم می‌ریزد، ایجاد تغییراتی در ارتباط با دریافت این خبرها کمک‌کننده خواهد بود. باید آگاه باشیم که شنیدن خبر ممکن است خلق‌وخوی ما را تغییر دهد یا افکار ما را منفی کند. وقتی این واقعیت را فهمیدیم، هربار که به خبرهایی گوش می‌دهیم که برای ما بار منفی دارد، می‌کوشیم فضای فکری و روحی‌مان را تغییر دهیم، مثلاً دقایقی موسیقی، ورزش کردن و تماشای چیزی که ما را به خنده بیندازد همگی می‌توانند ما را از این حال و هوا بیرون بیاورند و به سلامت روح و جسم ما کمک کنند. یک راه مفید دیگر این است که حجم خبرهای دریافتی‌مان را کاهش دهیم. هر یک از ما عضو چندین کانال خبری هستیم و هر کدام از این کانالها هر روز خبرهای زیادی برای ما می‌فرستند.

تمایل و عادتهای خبرخوانی ما سمت خبرهای منفی گرایش دارد. سازمانهای خبری هم تیترها و عکسهای روی جلد یا صفحه اول را به خبرهای منفی اختصاص می‌دهند. وقتی مجله‌ها برای جلد از عکس مثبت استفاده کردند، فروش ۳۰ درصد کاهش داشت



می‌توانیم تعدادی از آنها را حذف کنیم.

روانشناسان توصیه می‌کنند برای مصرف خبر هم می‌توانیم برای خودمان مقدار و معیار مشخصی تعیین کنیم. مثلاً بگوییم روزی یک خبر قبل از ناهار و یکی قبل از شام. البته خواندن و تماشای خبر پیش از خواب به هیچ‌وجه توصیه نمی‌شود. فراموش نکنیم که مطلع بودن خوب است اما نه به قیمت آسیب‌زدن به سلامت روح و جسم.

خبر با ما چه می‌کند؟

خبرها می‌توانند ما را گمراه کنند:

این خبر را در نظر بگیرید. یک ماشین از روی پلی رد می‌شود که ناگهان پل فرو می‌ریزد. رسانه‌ای مانند تلویزیون با پخش این خبر چه هدفی دارد و روی چه مساله‌ای تمرکز می‌کند؟ ماشین؟ راننده؟ اینکه از کجا می‌آمد یا می‌خواست به کجا برود؟ اگر زنده ماند، تصادف چه اثری روی او داشت؟ اما همه اینها نامربوط هستند. مساله اصلی، استقامت پل است اما به‌جای اینکه به این موضوع پرداخته شود، به ماشین و فردی که درون آن بود پرداخته می‌شود. خبرها به همین راحتی می‌توانند کاری کنند که مغز ما از مسیر اصلی منحرف شود و در جاده‌های پرت پرسه بزنند. مغز ما هنگام مواجه‌شدن با خبرها آنقدرها هم منطقی نیست و فقط به ظواهر توجه دارد.

خبرها نامربوط هستند:

از بین تقریباً هزاران خبری که در ۱۲ ماه گذشته شنیده‌اید، کدامیک را به‌خاطر دارید که کمک کرده درباره یک مساله مهم در زندگیتان تصمیم بهتری بگیرید؟ نکته این است: مصرف خبرها معمولاً به زندگی ما هیچ ارتباطی ندارند اما برای ما سخت است که درک کنیم کدام خبر به زندگی ما ربط دارد و کدام بی‌ربط است. مرتبط بودن در مقابل جدید بودن یک بحث مهم است. معمولاً رسانه‌ها دنبال پخش خبرهایی هستند که برایشان مزیّت رقابتی دارد. خبری را می‌شنویم، استرس می‌گیریم بدون اینکه بدانیم آیا این خبر اصلاً به زندگی ما مربوط می‌شود یا نه.

خبرها برای جسم ما ضرر دارند:

خبرها به‌طور مداوم سیستم لیمبیک (تمام مدارهای عصبی که رفتار هیجانی و احساسی و اعمال هدفدار ما را کنترل می‌کنند) ما را تهییج می‌کنند. داستانها یا گزارشهای وحشت‌آفرین ترشح هورمونهایی همچون کورتیزول را ترغیب می‌کنند. در نتیجه سیستم ایمنی ما آزاد می‌شود و جلو ترشح هورمونهای رشد را می‌گیرد. به‌عبارت دیگر، بدن خودش را در وضعیت استرس مزمن می‌بیند. وقتی سطح کورتیزول بدن بالا می‌رود، با مشکلات متعددی مواجه می‌شویم: نمی‌توانیم غذا را خوب هضم کنیم، رشد موها، استخوان و سلولها کم می‌شود، نسبت به بیماریها و عفونتها آسیب‌پذیر می‌شویم و... ترس مدام، خشونت و رفتارهای تهاجمی، نگرش تک‌بعدی و حساسیت‌زدایی از دیگر عواقب منفی خبرهای ناخوشایند است.

خبرها، خطاهای شناختی ما را افزایش می‌دهند:

در معرض خبرهای بد و ناگوار قرار گرفتن، مادر همه خطاهای شناختی است. وقتی مدام خبرهای بد می‌شنویم، بیش از حد به خودمان اطمینان پیدا می‌کنیم، ریسکهای غیرمنطقی و احمقانه می‌کنیم و در موقعیتهای گوناگون، قضاوتهای نادرست خواهیم داشت. همچنین مغز ما نیازمند داستانهایی می‌شود که منطقی به‌نظر می‌رسند حتی اگر این داستانها با واقعیت مطابقت نداشته باشند.

بقیه در صفحه ۵۷

قطره‌ای از دریای زبان، فرهنگ و ادب پارسی

مصطفی گلیاری

گشت و گذاری در فضای مجازی!

کسی کاری‌شون نداره



تو صف یه‌دونه‌ای سنگکی ایستاده بودم. بچه تهرون را دیدم که داشت سعی می کرد سنگها را روی هم بچیند ولی نمی‌شد. شاطر عباس چش غرّه‌ای سمتش انداخت که داری چیکار می کنی؟ بچه تهرون گفت بابابزرگم می گفت قدیما از بس اوضاع ناجور بود، سنگ رو سنگ بند نمی‌شد. حالا می‌خواستم بدونم که... شاطر عباس نیزه آهنی و داغش را از تنور درآورد و سمت او گرفت که منظور؟ بچه تهرون گفت هیچی به خدا... می‌خواستم بگم شهربازی رفتی؟ خَعلی باحاله. تونل وحشتش حرف نداره. شاطر گفت حرفات یه سنت هم نمی‌ارزه. یه چیزی بگو حکمتی توش باشه. بچه تهرون گفت من خَعلی غور و تفحّص کردم یعنی هی گشتم و گشتم تا فهمیدم اینجا کسی نه با گیاهخواری به جایی میرسه نه با گوشتخواری. آدم فقط با پاچه‌خاریه که به بیت‌المال خواری میرسه.

دو کلمه از مادر دوماد: اگر رنگ مورد علاقه تو و او یکی است، دلیل نمی‌شود با هم ازدواج کنید. با هم نقاشی بکشید.

فیلمی دیدم که میمونهای ژاپنی از توریستها گدایی می کردند و با پولش از دستگاههای خودکار واسه خودشون چیز می‌خرن... خلاصه آدم میمون باشه ولی ژاپنی باشه. خوشبختانه ما ایرانی‌ها روی ثروت کلانی خوابیدیم... آقا بیدارمون نکن بذار بخوابیم. جریمه به‌خاطر فقر یعنی اگر ماشینت کهنه باشه و پول نداشته باشی عوضش کنی، روزی چهل و پنج تومان جریمه می‌شوی. به خدا کفرم در اومد. کاد الفقر ان یکون کفرا...

الف عین که احسان جون خودمون باشه، آوردنش تلویزیون گفتن از خودت دفاع کن. کاش به مسافرکشها و کارمندا و کارگرا و گرفتارها هم وقت می‌دادن از خودشون دفاع کنن و از بدبختیاشون بگن... بچه تهرون گفت همین احسان جون مگه بدبختا رو نمی‌بره ماه عسل تا از بدبختیاشون بگن؟ چارلز دیکنز هم گفت بگو اگر می‌خواهی ثروتمند شوی از فقرا بنویس.

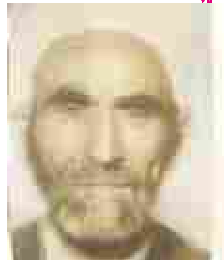
از وقتی که رشیدپور احسان جون رو به برنامه «حالا خورشید» دعوت کرده، میگم چطوره اسم برنامه رو بکنن «حالا خر شید». زیاد هم عجیب نیست چون در تنگنای قافیه، خورشید، خر شود. خبر دارین که چین بابت صدور مهر و تسبیح به ایران سالی پونصد میلیارد تومن درمیاره؟ آی‌اَم اَفرید یعنی بیم دارم فردا نفت صادر کنیم و مهر و تسبیح و چای و پفک پاپاپای وارد کنیم. یادته وقتی که سال ۱۳۹۷ تحویل شد، یک نفر به همه پیام داد امسال سال بسیار خوبی است چون جمع کردن اعداد ۱۳۹۷ می‌شود بیست و بیست خوب است! میگن هشتاد میلیون نفر دارن دنبالش می گردن و می‌خوان یه خورده با داد و هوار باهاش منطقی حرف بزنن.

کشف کردم که بی‌فرهنگها هزار تا ویژگی مختلف دارن مثلاً آشغال می‌ریزن، از چراغ قرمز رد می‌شن، نوبت رعایت نمی کنن و... ولی در یک چیز مشترکند: کتاب نمی‌خونن. **خبر**: آقای رئیس‌جمهور گفت آقای ترامپ با دم شیر بازی نکن. همین که اینو گفت دلار سیصد تومن کشید بالا. وزیر کشور فرمود تنوع مواد مخدر به هفتصد نوع رسید. شخنگوی انزُمن وافور طلایی هم اعلام کرد دمت گرم. پیشنهاد دادن دانشگاه را از تیر تا مرداد تعطیل کنند تا بوتیکی‌ها و نمایشگاههای ماشین و فلافلی‌ها برق داشته باشند. تازه خیابانها هیچی که همچین چراغونی شدن که انگار چه خبره. از وزیر کار پرسیدن چند نفر بیکار داریم؟ گفت حضور ذهن ندارم... راست میگه مگه بیکاره بشینه بیکارا رو بشمره؟

«تو کانال اصفونیا نوشته بود وقتی برقا میرن میدونی کوجا میرن؟ درستس میرن عراق زیارت می کونن.» یه مژدگانی هم بدیم به سارقان کابل برق: مقامات اداره برق گفتند «در ساعتهای خاموشی سارقان سیم برق می‌دزدند پس در زمان خاموشی باید بیشتر توجه کنیم اما به دلیل طول بالای شبکه برق این کار امکان‌پذیر نیست...» سارقان محترم حواسشون باشه در زمان خاموشی برن کابل دزدی تا هم برق نگیردشون هم به دلیل طول بالا کسی نباشه که کاری‌شون داشته باشه. بچه تهرون می گفت اینی که کسی کاری‌شون نداره یکی دوتا نیس که. میری بقالی بهت گرون میندازه و کسی کاریش نداره. از بقالی میای بیرون می‌بینی دم دکونش حبه‌الخضرا کاشته که همون حشیش باشه، کسی کاریش نداره. میری داروخونه میگی دوای درد بی‌درمون می‌خوام میگه نداریم. مشتری شیک براش میاد میگه لطفاً یه بطر الکل دوآتیشه بدین واسه ناف بچه می‌خوام. یه لول هم ترامادول و یه شیشه شربت شیره... ببخشین منظورم متادونه. بعد مشتری با کیسه داروهایش به سوپری بغلی می‌رود مقادیری چیپس و ماست موسیر و ماءالشعیر می‌خرد و خوشان خوشان به خانه می‌رود و کسی کاری‌شون نداره که آقا اینجا داروخونه‌س یا ایستگاه نشاط؟ دیروزا هشت تن و نیم یعنی هشت هزار و پونصد کیلو تخم‌مرغ فاسد کشف کردن. لابد کسی زیاد با اینجور فسادها کاری ندارد که طرف در چنین حجمی تخم فاسد داشته. فقط این نیست که! بیست نفر هم لوکِ مست یعنی شتر سرخ‌موی کشف کردن که داشتن با اسکانیا می‌بردن. نوشته بودن قیمت هر نفر شتر دویست میلیون تومان. ما خودمون عکس دیدیم که یک نفر شتر و یک رأس گاو را با ماشین سواری می‌بردن و کسی کاری‌شون نداشت. یارو سه متر مکعب بار با پراید می‌بره و کسی کاریش نداره. یک رأس محتکر... ببخشین یک نفر محتکر که میگن مافیای گندم ایرانه کشف شد... خدائیش ما چقدر کریستف کلمب داریم... ماشین قاچاق، سکه احتکاری، فساد زنجیره‌ای، بنگاههای مالی و اعتباری که پول مردمو خوردن و یک گیلاس بچه ناف هم روش و کسی کاری‌شون ندره... شاطر عباس به بچه تهرون چش غره رفت که کی میگه کاری‌شون ندارن؟ مگه ندیدی میم الف و میم ح و ح هـ و ب ز و خ الف و دال دال رو به دادگاه احضار کردن؟ ضمناً چهل و هشت و نیم ساعت پیش دادستان به بانک مرکزی مهلت چهل و هشت ساعته هم داد. بچه تهرون گفت فکر کنم حروف سی و سه دونه‌ای زبون فارسی واسه معرفی این «الف ی»ها کم بیاره بهتره بریم الفبای چینی وارد کنیم. میگن با پول اختلاسهای امسال می‌شد آب خلیج‌فارس رو تا بندر انزلی برد و دور زد و برگشت جنوب. سر راه مسافرم می‌زدیم و پول بنزینمون جور می‌شد.

از شرلوک هولمز نقل است که واسه دوس دخترت گل بفرست ولی اسمت رو ننویس. اگه ازت تشکر نکرد، معلوم میشه که دو به‌شکه که گل رو این دوس پسرش فرستاده یا اون یکی. شما هم یه جورایی دوزاریت میفته. شبکه دو یه سریالی داره که چند تا دختر دانشجوی نازنین وارد اتاق یه دانشجوی پسر ارزشی میشن. پسره واسه اینکه به گناه نیفته، خودشو از پنجره پرت می کنه. اینا به‌جای اینکه یاد بدن کسی، کسی رو وسوسه نکنه و اگرم کرد، طرف قوی باشه و وسوسه نشه، تبلیغ می کنن که تو وسوسه کننده هستی و تو هم وسوسه شونده. یعنی به جای اینکه حضرت یوسف رو الگو کنن، شیخ صنعان رو الگو می کنن که زود وسوسه شد. حالا کار نداریم که واسه همین سریالهای دو ریالی چه پولی می‌گیرن.

معرفی کتاب


تصویر حاج آخوند

کتاب "حاج آخوند" مجموعه‌ای از خاطراتی است که نویسنده آن از عارفی زاهد و زاهدی عارف به یاد دارد. این خاطره‌ها رنگی از قصه هم دارند که "سید عطاءالله مهاجرانی" با قلمی بسیار روان و شیوا و خواندنی به تحریر آورده است. قصه‌های این کتاب کوتاه و در حد دو یا چند صفحه هستند که از ویژگی‌های مثبت متون معاصر است. مردم برای مطالعه وقت زیادی نمی گذارند پس باید کم نوشت و گزیده نوشت چون دُر... "حاج آخوند" روحانی دانشمند و متفکری بوده که در روستای زادبوم خود نویسنده "مهاجران" یا "مارون" خدمت می کرده و اثری عمیق بر نویسنده این کتاب گذاشته بوده. حاج آخوند در همه خاطرات عطاءالله نوجوان حضور دارد. روزی که با بزرگترها به بازار رفته بود، حاج آخوند پس از کلامی جالب که درباره کرباس و ململ به زبان می آورد، برای عطاءالله معمایی مطرح می کند. او همیشه حرفی می زند و معمایی می گوید تا ذهن این پسربچه کنجکاو را فعال کند. جواب معماها را گاه پس از چند روز و گاه پس از چندماه به او می گفت. برخی از جوابها را همان لحظه به گوش او فرومی خواند و گاه سالها بعد خود عطاءالله وقتی که برای خودش دانشمندی شده، کشف می کند. معمای کوزه را زود به او گفت. برای معمای چند جور بهشت داریم، گفت خودت برو پیدا کن و او سالها بعد در آثار ملاصدرا جوابش را پیدا کرد. جواب معمای کرباس و ململ مدتی طول کشید و عطاءالله را به این فکر انداخت که در آینده شغل او چه بویی خواهد داشت؟ آیا از شغلش بوی مرگ خواهد تراوید یا با عطر زندگی همراه است؟ حرفهای حاج آخوند برای مردم و حتی برای بچه‌ها به فرمولی تبدیل می شد که براساس آن بتوانند درست زندگی کنند. او در خاطرات سیدعطا مدام این پسربچه را قلقلک می‌داده تا فکر کند: ظاهر هر کس رنگی و شکلی دارد. بروید ببینید روح شما چه رنگی است.

نثر توصیفی ودقیق نویسنده گاه رنگ شعر می گیرد: "پدرم بوی سیب و نان تازه می‌دهد". وقتی که حاج آخوند حرف می‌زند، نگاه پسربچه اطراف را هم با دقت می‌پاید: "حاج آخوند خندید. تیغه‌ای از آفتاب هم بر برگهای نوک صنوبرها افتاده بود. برگهای سبز و نقره‌ای که برق می‌زدند..."

خواندن این کتاب را به کسانی که دنبال نثری تمیز و جمله‌هایی غیرشعاری و ساده و عمیق هستند، پیشنهاد می کنم. "حاج آخوند" را انتشارات "امید ایرانیان" در ۲۸۲ صفحه چاپ و منتشر کرده و در قفسه کتابفروشی‌ها، پهلوی کتابهای خوب دیگر نشسته است. "جمیله کدیور" آن را ویراستاری کرده و زیبایی و جذابیتش را بالاتر برده است.

"**شعله یاد**" گرچه در مقایسه با به عنوان مثال قصه خواندنی وزیبای "**باغ انگور**" بهترین گزینه برای معرفی این اثر محسوب نمی شود اما به جهت ایجاز و اختصار و مجال صفحه یکی از خاطرات کوتاه این کتاب است که به عنوان نمونه خاطرات و نوع نگارش نویسنده آنرا در زیر آورده ایم.

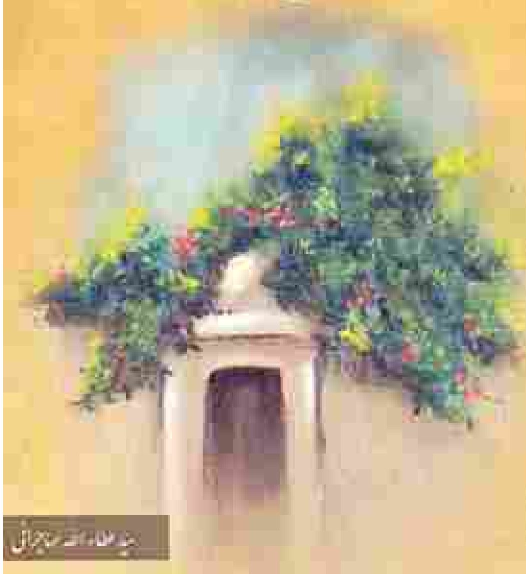
❊ شعله یاد ❊

از چشمه که کنار قلمستانها و درختهای میوه بود تا مدرسه مارون نهری جاری بود. به نهر، نایه می گفتیم. در نشیب و فراز دهکده، خانه‌ها انگار برخی بر زمین نشسته بودند. برخی قامت خمانده بودند و گروهی راست ایستاده بودند. نام ده مارون، کمر بود. کمر یعنی زنجیره‌ای از صخره‌ها که در هر سوی به چشم می‌خورد. میدان ده هم که سپیده‌دم غرق صدای گوسفندان و گاوها می‌شد، پر از صخره بود. بهترین چشم‌انداز ده از آنِ خانه ما بود. اتاق هشت‌دری، که چهار در روبروی میدان ده باز می‌شد، و چهار در سمت مشرق، سوی تپه.

تابستان بود. شهریور ۱۳۴۳، هنوز آفتاب نزده بود. کوزه را برداشتم تا بروم از چشمه ـ دوزاغه ـ آب بیاورم. چای که می‌خوردیم همیشه آب تازه چشمه بود که حتی شبی هم بر عمر آب نگذشته بود. می‌بایست از کنار صخره‌ها با مواظبت بروم که ناگاه پایم به سنگی برنیاید و کوزه نشکند. هوا تاریک و روشن بود. شیب روبروی خانه را پایین آمدم. از جلو خانه عمه‌ام گذشتم. صدای سرفه شوهرش ـ عمو یعقوب ـ تا بیرون خانه می‌آمد. از کنار نهر می‌رفتم. به دوزاغه رسیدم. کوزه را داخل چشمه کردم. کوزه فرو نمی‌رفت. با هر دو دست کوزه را فشار دادم. کوزه مقاومت کرد. آب از گلوی کوزه به درون جریان پیدا کرد.

قل قل قل... کوزه اندک اندک پر شد و آرام گرفت و سنگین شد.

"دیدی پسر چه شد؟"



صدای حاج آخوند بود. زیر درختی نشسته بود. بالاتر از سطح چشمه بود. او را ندیده بودم. تا خواستم حرفی بزنم، دوباره گفت دیدی چه شد؟ منظورش را نفهمیده بودم. باتعجب پرسیدم چه شد؟... گفت کوزه را می گویم. دیدی چه شد؟

گفتم نه نمی‌دانم.

گفت کوزه را خالی کن. دوباره پر کن.

کوزه در بغلم بود. کوزه را خماندم و آب را بر آب چشمه ریختم... نمی‌دانستم چه باید کرد.

"کوزه را پر کن"

دوباره کوزه را در آب فشردم. قل قل قل... کوزه پر آب شد و آرام و سنگین!

"دیدی چه شد؟"

"پر آب شد!"

حاج آخوند خندید. تیغه‌ای از آفتاب هم بر برگهای نوک صنوبرها افتاده بود. برگهای سبز و نقره‌ای که برق می‌زدند. گفت دیدی تا وقتی خالی بود، چقدر سر و صدا می کرد. وقتی پر شد آرام گرفت. آدمها مثل همین کوزه‌اند. هر که پرهیاهوتر، خالی‌تر... وقتی پر شد، آرام و سنگین می‌شود.

ایستاده بود افق را نگاه می کرد. خواند با آواز... با صدای بلند. با خودم گفتم این صدا به خانه ما می‌رسد و الان چهره و چشمان پدربزرگم غرق خنده می‌شود و می گوید: صدای حاج آخوند...

یک نان به دو روز اگر بود حاصل مرد
از کوزه شکسته‌ای دمی آبی سرد
مامور کم از خودی چرا باید بود
یا خدمت چون خودی چرا باید کرد

❊❊❊

این اثر خواندنی شامل یک مقدمه و ۴۲ خاطره کوتاه و بلند است که مطالعه آنرا به همه دلتنگان سنّتهای خوب و فضیلتهای فراموش شده توصیه می کنیم.

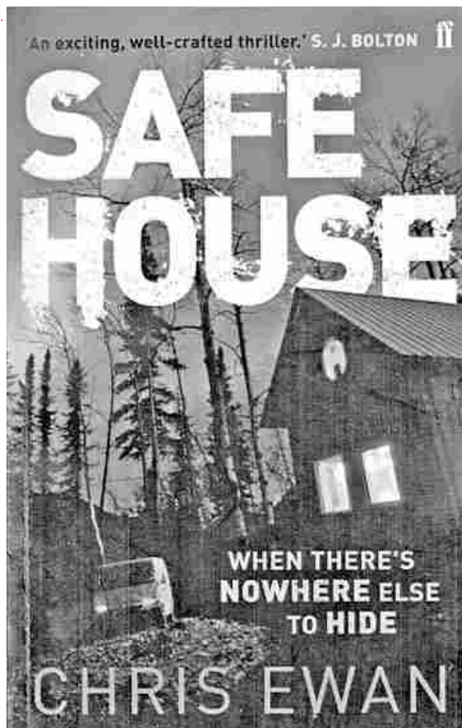

کتاب حاج آخوند در دست بانوی عزیز کبرا خانم ،دخترمحترمه ی حاج آخوند

نشاط و خوشدلی زندگی را دلپذیر تر می سازد

● آنتونی رابینز

maryanikpour@gmail.com
مترجم: مریم نیک‌پور

خانه امن ۷



خلاصه قسمت قبل: همه کسانی که در خانه سالمندان زندگی می‌کردند و شاید همه اهالی جزیره فهمیده بودند برای "راب" چه اتفاقی افتاده. آنطور که پدربزرگش می‌گفت، برخی عقیده داشتند راب به‌خاطر تصادف خیالاتی شده، برخی هم او را قاتل لنا می‌دانستند. اما پدربزرگ عقیده داشت پلیس کارش را درست انجام نداده. "راب" با خانمی آشنا شد که به دعوت پدرش از لندن آمده بود تا ماجرای تصادف را پیگیری کند. "ربکا" از مدتی قبل برای تحقیق درباره مرگ خواهر راب استخدام شده بود. ربکا درباره افسردگی خواهر راب سوالهایی پرسید. اما راب بیشتر اصرار داشت بفهمد ربکا با او درباره وجود دختری به نام لنا هم‌عقیده هست یا نه. ربکا به تصادف هم مشکوک بود. راب می‌خواست بداند دقیقاً به چه دلیلی پدرش کارآگاه خصوصی استخدام کرده، اما ربکا می‌گفت نمی‌تواند دلیلش را بگوید...

آغاز عملیات جست‌وجو

سکوت کردم. می‌خواستم چیزی بگویم اما صدا در گلویم حبس شده بود. حرف‌زدن چقدر دشوار شده بود. سعی کردم جمله‌ام را به زبان بیاورم. "پدرم از شما خواسته بیاین و درباره ناپدید شدن اون دختر تحقیق کنین؟"

ـ بله، از من خواسته.

ـ اما فکر کنم شما عمق موضوع رو درک نکردین... یه جورایی بله.

منظور ربکا را دقیق نمی‌فهمیدم. یعنی حرفم را باور نداشت که لنایی وجود داشته؟

پرسیدم: "چیزی نظرتون رو عوض کرده و شما رو به شک انداخته؟"

ربکا لحظه‌ای سکوت کرد و بعد جواب داد: "موتور شما."

ربکا آچار پیچ گوشتی را از میز کار بیرون کشید و با آن چند ضربه به موتورم زد. نمی‌دانم در موتورم چه دیده بود که این‌طور مشکوک به آن نگاه می‌کرد.

***

هوای آن روز واقعاً عجیب بود، بخصوص برای جزیره ما. به‌سختی نفس می‌کشیدیم. با اینکه پنجره‌ها را پایین داده بودیم، زبان راکی از دهانش بیرون افتاده بود و حیوان بیچاره له‌له می‌زد. ربکا هیچ علاقه‌ای به حیوانات نداشت، و این حتی از نگاهش هم مشخص بود. خیلی اصرار کرده بود راکی را با خودمان نبریم. برایش توضیح دادم که جای هیچ بحثی وجود ندارد چون راکی به قدم‌زدن و ورزش نیاز دارد. ربکا دستش را از پنجره ماشین بیرون برد و هوا را به داخل ماشین هدایت کرد. پرسید: "چقدر راه مونده؟" گفتم: "شاید یک ربع." به چراغ قرمز رسیدیم و توقف کردیم. ربکا همان‌طور که خودش را باد می‌زد، گفت:

"نظرت درباره آقای شیمین چیه؟"

کمی فکر کردم و جواب دادم: "گفتنش یه کم سخته. مطمئن نیستم تنبله یا به اندازه کافی مهارت نداره. هرچی که هست، احساس می کنم داره یه چیزی رو مخفی می کنه."

چراغ سبز شد و ربکا هم دیگر به بحث ادامه نداد. راکی سرش را به شانه ربکا نزدیک کرده بود و سعی داشت با او دوستی کند. ربکا هم هیچ واکنشی نشان نمی‌داد. پرسیدم: "خودت چطور؟ به این آدم چه حسی داری؟ حتماً باهاش حرف زدی، این‌طور نیست؟"

ـ دیروز.

ـ خب؟

ـ بهم گفت دارم وقتم رو تلف می کنم. همه اون چیزهایی رو گفت که قبلاً به تو هم گفته. دیگه خودت همه رو از بر هستی.

ـ چه جالب!

ـ البته بهم قول داد همه‌جوره باهام همکاری کنه.

ـ حالا که هیچ چیز غیرعادی و عجیبی تو این پرونده وجود نداره، اون‌وقت دقیقاً می خواد درباره چی همکاری کنه؟

ـ سعی می کنم باهاش ارتباط برقرار کنم. شاید جواب بده. لبخند زدم و گفتم: "شاید بهتر باشه با همکارش ارتباط برقرار کنی."

ـ چرا؟ چون هر دو زن هستیم؟

کمی مکث کردم. بعد گفتم: "نه. به‌خاطر اینکه خودش اون روز از من سوالهای زیادی پرسید. با خودم گفتم شاید بشه از خودش هم سوال پرسید. به‌نظر میاد بیشتر از همکارش به جزئیات توجه داره."

ربکا حرفی نزد و در سکوت به راهمان ادامه دادیم. به دهکده‌ای رسیدیم که دو طرفش پر از مزرعه بود. کمی بعد به جاده‌ای رسیدیم که پیچ در پیچ و باریک بود. مسیری بود که در روز تصادف از آن گذشته بودم. داشتم تمام خاطراتم را از آن روز مرور می کردم و هنوز اثری از لنا در این تصویرسازی نبود. همه‌چیز مثل یک فیلم از جلو چشمم رد می‌شد. تصاویر در خیالم نبودند. آنقدر واقعی بودند که ناگهان حس کردم لنا در خطر است. نمی‌دانم چرا دلشوره گرفتم و نگران لنا شدم. ربکا پرسید: تا محل دقیق حادثه چقدر مانده؟... و پنج دقیقه بعد رسیدیم.

جاده، یک نوار کم‌عرض آسفالته بود که شکاف و چاله چوله‌هایی داشت. در سمت چپ، یک حفاظ آهنی بین درختان و جاده مرزبندی کرده بود. در سمت راست، بیشه‌زاری درست چسبیده به بقایای معدنی قدیمی قرار داشت و ردّ لاستیک یک موتورسیکلت صحرایی دیده می‌شد. ربکا کنار زد و از ماشین پیاده شد. من هم دنبالش راه افتادم. کنار دایره‌ای عجیب زانو زد. وسط دایره، یک حفره خودنمایی می کرد. ربکا به آن حفره اشاره کرد و گفت: "خیلی بد افتادی. یادت میاد چقدر سرعت داشتی؟"

به فکر کردن نیازی نبود. خوب به‌خاطر داشتم. گفتم: "اصلاً احمقانه نمی‌رفتم. فکر می کنم هنوز تو دنده یک بودم."

ربکا گفت: "ببین راب. من پلیس نیستم برای همین اصلاً مهم نیست اگه بی‌دقت میروندی."

شانه‌ای بالا انداختم و گفتم: "۴۵ یا شاید

خوشبختی یعنی کاری را که مجبور به انجام آن هستید، دوست بدارید • هاکسلی

"۵۰ مایل در ساعت." خودم می‌دانم این سرعت برای چنین جاده‌ای اصلاً مناسب نبود. ربکا بلند شد و گفت: "تو از موتورت پرت شدی." سپس به‌طرف جایی رفت که پلیس با دو تیرک چوبی، یک نوار آبی سفید را به زمین ثابت کرده بود. روی آن نوشته شده بود، اگر کسی اطلاعاتی دارد با پلیس تماس بگیرد. ربکا گویی که با خودش حرف می‌زند، گفت: "شش متر. یه کم بیشتر یا کمتر. پس تو حتماً میتونی پرواز کنی."

لبخند زدم و جواب دادم: "خیلی هم عالی!"

به تکه‌ای زمین مرطوب اشاره کرد و گفت: "البته باید رو فرودت کار کنی."

به جایی که اشاره کرده بود نگاهی انداختم، و خیلی زود نگاهم را به چشمان قهوه‌ایش دوختم و پرسیدم: "ولِنا؟" ربکا برگشت، دستهایش را به کمر زد. کمی جلوتر رفت. نوک کفشش را به جایی نزدیک کرد و گفت: "اینجا. شاید اینجا." بعد گویی یک چیز دیگر چشمش را گرفته باشد، به آن طرف جاده رفت و راهش را به طرف مسیر رودخانه به پایین در پیش گرفت. هر قدمی که برمی‌داشت، دور و برش را می‌پایید، خم می‌شد، خوب به همه‌جا نگاه می‌کرد. و دوباره همین کار را تکرار می‌کرد. کمی بعد پرسید:

"از مزرعه تا اینجا چطور اومدی؟"

به ربکا گفتم دروازه‌ای را که آن طرف قرار دارد ببینند. راکی هم از درون ماشین، اشاره دستم را با نگاه دنبال کرد. ربکا از گودالی پرید و به طرف آن دروازه رفت. کمی به راست، جاده‌ای باریکتر پیش می‌رفت تا به مزرعه‌ای می‌رسید که نهری هم از کنارش جاری بود. من هم دنبال ربکا می‌رفتم.

ربکا از دیدن چیزی تعجب کرد. من را نادیده گرفت و به‌طرف جاده خاکی رفت که دو نفر در آن مشغول دوچرخه‌سواری بودند. ربکا گوشه‌ای ایستاد تا دو جوان هم حرکات نمایشی خود را تمام کنند. با ایستادن آنها، گرد و خاک زیادی به هوا بلند شد. حرف‌زدن ربکا با آن دو جوان پنج دقیقه‌ای طول کشید. در همان پنج دقیقه، درد کتف و شانه‌ام آنقدر زیاد شده بود که بی‌تابم کرده بود. کم‌کم باید می‌پذیرفتم که با هر قدمی که برمیدارم، شاید صدای خرد شدن یکی از استخوانهایم را هم بشنوم.

ربکا نقطه‌ای را نشانم داد و گفت:

"یه ون سفید چندهفته پیش اونجا پارک بوده. اون جوونا میگن دوبار دیدنش. اونا یه مرد رو هم دیدن که سوار ون شده."

همان‌طور که شانه‌ام را ماساژ می‌دادم، پرسیدم: "خب؟"

ربکا با تعجب جواب داد: "اون ون سفید بوده راب." حرفی نزدم. ربکا آهی کشید، سرش را به این طرف و آن طرف تکان داد و گفت: "به سرت ضربه سختی خورده بود. درسته؟ گیج بودی؟ یه چیزی شبیه آمبولانس دیدی، اما آیا چراغ چشمک‌زن هم دیدی؟ صدای آژیر هم شنیدی؟"

ـ تو فکر می کنی من یه ون سفید رو با آمبولانس اشتباه گرفتم؟

ربکا دوباره به جاده‌ای که به ورودی مزرعه منتهی می‌شد اشاره کرد و گفت:

"اگه اونا اونجا پارک کرده باشن، نمی‌تونستی دید کامل داشته باشی. ممکنه بعد از تصادف از اینجا رفتن و تو فقط تونستی یه لحظه ببینی. به‌هرحال تو اون لحظه هوشیاری کامل نداشتی."

حرفی نزدم چون اطمینان نداشتم اصولاً حرفی برای به زبان آوردن وجود داشته باشد. ربکا اما برای خودش فرضیه می‌ساخت و استدلال می‌کرد. "و ممکنه یکی دوتا از اونا، اونجا توی اون گودال مخفی شده باشن، پشت پرچین. ممکنه از وسیله‌ای برای سوراخ کردن لاستیک استفاده کرده باشن."

ـ اینطور فکر می کنی؟

همه چیزهایی که ربکا می گفت کمی بعید و باورنکردنی به‌نظر می‌رسید. من فقط به کسی نیاز داشتم که حرفهایم را باور کند. حالا خودم هم حسابی تردید داشتم و مدام به خودم می گفتم شاید واقعاً همه آن چیزهایی که فکر می کنم واقعی هستند، فقط زاییده ذهن بیمارم بعد از تصادف است. صدای ربکا من را از فکر و خیال بیرون کشید: "خط ترمز."

ـ منظورت چیه؟

ـ هیچ اثری از خط ترمز نیست. هیچ علامت و نشانه‌ای نیست که نشون بده تو ترمز کردی. تو میگی با سرعت ۵۰ تا می‌رفتی. نهایتش ۵۵ تا. پس اگر به مانعی برخورد می کردی، حتماً باید ترمز میکردی. نمی‌تونستی؟"

شانه‌هایم را بالا انداختم و جواب دادم: "چرخ عقب رفت هوا. این صحنه رو خوب به یاد دارم."

ـ چرخ عقب رفت هوا به‌خاطر مانعی که چرخ جلویی باهاش برخورد کرد.

خودم هم نمی‌دانستم کدام استدلال درست است و کدام نادرست. با صدایی آهسته پرسیدم: "حرف منو باور می کنی؟ اینکه میگم لِنا وجود داشته؟"

ربکا باز هم با آن چشمهای قهوه‌ای نافذش نگاه دقیقی به من انداخت و جواب داد:

"چرا باور نکنم؟"

به طرف ماشین رفتیم و بقیه حرفهایمان را آنجا، کنار ماشین ادامه دادیم. ربکا گفت: "ببین! یه تصادف جاده‌ای مثل تصادف تو، داستانی مثل داستان تو، امکان نداره پلیس دوتا افسر ارشد آگاهی رو برای تحقیق بفرسته بیمارستان. حالا دلیل این کارشون چی بوده، نمی‌دونم. فقط مطمئنم پشت پرده یه اتفاقایی افتاده. هر اتفاقی که افتاده باشه، یکی می‌خواد کل قضیه رو مخفی نگه داره و روی حقیقت سرپوش بذاره."

ربکا این را گفت و سوار ماشین شد. من هم با کوله‌باری تردید و سوال درِ سمت خودم را باز کردم و سوار شدم. ربکا گوییِ چیزی را به‌خاطر آورده باشد، گفت: "یه چیز دیگه هم هست. شیمین اصرار داره ثابت کنه هیچ شاهدی وجود نداشته. اونا درخواست کردن هر کس اطلاعاتی داره به پلیس مراجعه کنه، اما کسی پیدا نشده که حرفی بزنه."

نمی‌فهمیدم این حرف چه معنایی دارد. ربکا وقتی علامت سوال را در چهره‌ام دید، ادامه داد: "این چیزا قابل درک نیست. چطور ممکنه یکی برات آمبولانس خبر کرده باشه درحالی که هیچ شاهدی اون لحظه، تو صحنه تصادف وجود نداشته. الان مساله فقط اینه که نمی‌دونیم کی بود آمبولانس خبر کرد."

***

ون من همان‌جایی پارک شده بود که شیمین قبلاً گفته بود. ون درست کنار بوته‌ها و درختها پارک شده بود. و امکان نداشت من اینطور ماشین را پارک کنم. یعنی اصلاً هیچ راهی وجود نداشت که ماشین را لابه‌لای بوته‌ها و درختها بگذارم. از طرفی، من به ماشینم علاقه زیادی داشتم و هیچ دلم نمی‌خواست حتی یک خط رویش بیفتد پس چطور می‌توانستم آن را در چنین جایی پارک و به امان خدا رها کنم.

ربکا دستهایش را دوطرف صورتش و در کنار چشمهایش قرار داد و با دقت از پنجره کنار راننده به داخل ون نگاه کرد. بعد از من خواست ببینم چیزی جابه‌جا شده یا نه. در سمت راننده را باز کردم. قفل نبود. که البته خیلی تعجب نکردم. بیشتر مردم جزیره عادت نداشتند در ماشینشان را قفل کنند و خود شیمین هم یکی از آنها بود. بخصوص وقتی ماشین به خودش تعلق نداشت. گفتم: "اینجا که چیز عجیب و غریبه‌ای ندیدم. بذار به عقب هم نگاهی بندازم."

قسمت عقب ون جایی بود که ابزار و وسایلم را نگه می‌داشتم. همان‌طور که با دقت همه جا را می‌گشتم، ناگهان چیزی یادم آمد. گفتم: "من یه کلاه کاسکت و جلیقه اضافه داشتم. اون روز به لِنا قرض دادم."

ـ خیلی خوب. چیز دیگه‌ای هم هست؟

ـ فکر نمی کنم. فقط همین یادم اومد.

همان‌طور که ربکا به طرف در چوبی می‌رفت، من هم در ون را بستم و دنبالش راه افتادم. پوستر سگ گمشده هنوز آنجا بود. زنجیری که برای امنیت به در بود، حالا سر جایش نبود.

ادامه دارد

سوژه

کیانا نصرت زاده

نزدیک به یک ماه گذشت. بالاخره با خبر شدیم که خاله رفته شهرستان منزل یکی از بستگان مانده و دیگر حاضر نیست به خانه هیچ خواهر و برادری برود

هزینه‌های زیادی که من دادم

یک اشتباه ساده همه خانواده را به هم ریخت... هنوز وقتی به آن فکر می کنم دلشوره به سراغم می آید. یک اشتباه، یک حرف اضافه، یک غیبت بی‌مورد....

مدتی بود که دایی مجتبی تصمیم گرفته بود با عمه من ازدواج کند. این وصلت در خانواده جرّ و بحثهای زیادی راه انداخته بود. یک عده خوشحال بودند و یک عده هم سخت مخالف...

همه فکر می کردند عمه خودش به دایی مجتبی پیشنهاد ازدواج داده است. یک عده هم فکر می کردند دایی فقط به خاطر ارثیه و ثروتی که به عمه رسیده می‌خواهد با او ازدواج کند. پچ پچها زیاد بود و هر کس از هر دری حرف میزد. من هم که فقط شانزده سال داشتم از اینکه در میان بزرگترها اظهار نظر کنم لذت می‌بردم. هر حرفی را می‌شنیدم برای بقیه نقل قول می کردم. برای اولین بار حس می کردم برای بزرگترها اهمیت پیدا کرده‌ام. به حرفهایم گوش می‌دادند و آن را نقل قول می کردند. احساس خوبی بود، تا اینکه آن روز اتفاق عجیبی افتاد.

عمه و دختر عموهایم در آشپزخانه نشسته بودند که من شروع به اظهار نظر کردم... برای عمه تعریف کردم که خاله‌هایم سخت در تلاش هستند تا مانع این وصلت شوند. به عمه گفتم خاله اشرف چون خودش شوهر نکرده زورش می آید تا ببیند دخترهای دیگر عروسی می کنند. گفتم تازه خودم شنیده‌ام که برای مادرم درد دل می کند و از اینکه بی‌شوهر مانده غصه می‌خورد. عمه هم گفت خود این موضوع او را بد خلق کرده است و...

خلاصه هر چه دلمان خواست گفتیم و ناگهان خاله آمد بیرون و خیره به من نگاه کرد و گفت: "دست همگی درد نکند."

همه شوکه شدیم. من داشتم از حال می‌رفتم. بدترین حرفها را پشت سر خاله‌ام زده بودم و او همه را شنیده بود. خاله ساکش را جمع کرد و از خانه ما رفت. نمی‌دانم کجا را داشت که برود. از وقتی پدربزرگ و مادربزرگ فوت کرده بودند مجبور بود خانه خواهرها و برادرها زندگی کند. در را که به هم زد، انگار دنیا روی سر من خراب شد. باورتان نمی‌شود چقدر حالم بد شد.....

خاله رفت و همه به هم ریختیم. بدنم می‌لرزید. حرفهای بدی زده بودم و اگر فکر می کردم قرار است آنها را بشنود، هرگز به زبان نمی آوردم.

خاله رفت و جواب تلفن هیچ کس را نداد. چند روز همه در تکاپو بودند تا او را پیدا کنند. زنی بی‌پناه، زنی بی‌پول و بی‌خانه...

مادرم نگاه خشمگینی به من داشت. پدرم حتی حاضر نبود به من نگاه کند. خودم حالم از همه بدتر بود. نمی‌دانستم چه کنم. نه می‌توانستم گریه کنم، نه داد بزنم و نه فرصتی برای جبران کارم داشتم.

بقیه فامیل در به در دنبال خاله می گشتند. انگار آب شده و رفته بود زیر زمین... هر چه می گذشت همه بیشتر نگران می‌شدند.

نزدیک به یک ماه گذشت. بالاخره با خبر شدیم که خاله رفته شهرستان منزل یکی از بستگان مانده و دیگر حاضر نیست به خانه هیچ خواهر و برادری برود. پدرم همراه مادر و دایی‌ام به شهرستان رفتند. سه روز ماندند ولی خاله گفته بود ترجیح می‌دهد همان جا بماند. یک کار کوچک پیدا کند تا دیگر منّت کسی را نکشد...

من در آن ماهها پانزده کیلو وزن کم کردم. یک حرف بی‌موقع و یک غیبت ناروا زندگی یک زن را به هم ریخته بود.

همه فامیل ازدواج دایی و عمه‌ام را فراموش کرده بودند و حس می کردم نگاهها فقط به من است...

این اتفاق از من شخصیت دیگری ساخت. ماهها در افسردگی شدید بودم تا بالاخره به توصیه روانشناسم رفتم دیدن خاله‌ام. کار بسیار سختی بود ولی با دیدنش بغض چندین ماهه‌ام ترکید و تا نگاه بخشنده او را ندیدم، آرام نگرفتم. بالاخره خاله با مهربانی مرا بخشید و از من تشکر کرد که با این کار به او گوشزد کرده‌ام که باید خودش زندگی‌اش را بسازد...

خاله با بخششی که از خودش نشان داد درس بزرگی به من داد و من هم تاوان اشتباهم را داده بودم.

همان جا قسم خوردم هرگز در زندگی‌ام غیبت کسی را نکنم و حرفی نزنم که زندگی کسی را خدشه‌دار کند.

من حالا یک زن ۳۵ ساله‌ام و هرگز از زبان من غیبت نمی‌شنوید و همه به راستگویی و رفتار درست من ایمان دارند، هرچند کمتر کسی می‌داند با چه هزینه‌ای به این رفتار رسیده‌ام.....

از: ا.ح. درّی

احسان، فضیلتی گرانمایه

یکی از نقطه‌های آغاز و مظاهر ایمان و مکارم اخلاق، احسان به برادر دینی است، در قرآن کریم و روایات ائمه معصومین در ارتباط با احسان و فضیلتهای آن مطالب ارزشمندی آمده است که در گفتار پیش رو به طور اختصار به برخی از آنان اشاره می کنیم:

ارزشمندترین فضیلتها

رسول اکرم (ص) فرمود: رحم کنید به عزیزی که ذلیل شده و ثروتمندی که گرفتار فقر شده و عالمی که در دوران جاهلان قرار گرفته است واز او استفاده نمی‌شود.

در زندگی اجتماعی لازم است انسان به دیگران کمک کند و یا به تعبیری "احسان" کند و "احسان" از ریشه "حسن" کار زیبا و خوب است...هر کار خوب اعم از کمک مالی و دستگیری از افراد و پرداختن به اعمال پسندیده، احسان است.

احسان، اوج همکاری اجتماعی برای برطرف کردن مشکلات مالی یا انسانی جامعه است. دین اسلام نمی‌پسندد که هر کس تنها به کار شخصی خود بپردازد و از آنچه در اطرافش می‌گذرد خبر نداشته باشد و یا خود را به غفلت بزند و یا در صورت خبردار شدن نسبت به آنها هیچ واکنشی نشان ندهد. معمولاً در سفارشهای اخلاقی، بار اجتماعی وجود دارد و اینها نشان می‌دهد که اسلام انسان مسلمان را موظف کرده که به کارهای خیر بپردازد و در اصلاح امور مردم مشارکت کند.

دستورهایی مانند احسان برّ، امر به معروف و عمل به آن، ترحّم، رأفت و مدارا، تعاون بر خیر، دستگیری از محروم و کمک به فقرا و نیازمندان، انفاق و صدقه و... همه در راه تامین نیازهای



اجتماعی مردم و در نتیجه بهبود وضع جامعه است. به طور کلی، احسان از اصول اساسی تعالیم دینی و تربیتی است و خداوند پیرامون عدالت پیشگی و احسان فرموده است: **اگر احسان کنید، به خود احسان کرده‌اید و اگر بدی کنید، برای خودتان است.** چنین نیست که شخصی کار خوب می کند، فایده آن فقط به دیگران برسد، خود او نیز علاوه بر اجر معنوی، از آثار کار نیکش بهره‌مند خواهد بود. محبت احسان کننده در دلها جا می گیرد و معمولاً نسبت به او حسادت و دشمنی نمی‌شود و در مشکلات و گرفتاریها تنها نمی‌ماند. البته احسان نیز باید در جهت رضای خدا بوده و از اسراف و تبذیر، به دور باشد.

رحمت و مهربانی

از صفات خداوند، رحمان و رحیم است. این صفت بیش از سایر صفات خداوند در قرآن و معارف دینی مطرح ، ذکر شده است.

خداوند در قرآن می‌فرماید: **رحمت و مهربانی به شما بندگان را بر خود لازم کرده‌ام.**

خداوند این صفت را در بندگان نیز دوست دارد، پیامبر (ص) فرمود: خداوند رحیم است و هر انسان رحیمی را دوست دارد.

خداوند در قرآن کریم پیامبرش را به صفت "رحمت" توصیف فرموده است: "وما تو را نفرستادیم، مگر اینکه رحمت برای جهانیان باشی" و از او به عنوان کسی که برای مومنان رئوف و رحیم است، یاد کرده است: همانا پیامبری از خود شما به سویتان آمده است که بر او سخت است که شما در رنج بیفتید و به شما دلبسته است و با مومنان رئوف و مهربان است.

برخورد رحمانی پیامبر اکرم (ص) آن هم با انسانهایی که خشونت و درشتی جزء طبیعت آنان شده بود، باعث شد تا از آنان انسانهای مومن و با محبت بسازد، پر و بال رحمت و محبت آن رسول گرامی بود که با گشوده شدن بر سر آنان، محاسن اخلاقی و فضایل انسانی، سرزمین وجودشان را شکوفا کرد. برخورد ملاطفت آمیز با بندگان خدا و ترحم کردن به آنان از سفارشات خدای بزرگ به مومنان است. رسول اکرم (ص) فرمود: **کسی که نسبت به دیگران رحم ندارد، به او رحم نمی‌شود.**

امام صادق (ع) فرمود: به همدیگر نیکی و رحم کنید و برادران خوبی باشید، همانگونه که خدا دستور داده است.

بخصوص کسانی که در جامعه، ناتوان از ادامه زندگی آبرومندانه هستند ویا به نحوی در معرض آسیب قرار دارند، باید بیشتر مورد توجه قرار گیرند و به آنان رحم شود.

امام باقر (ع) فرمود: هر کس چهار خصلت داشته باشد، خدا برای او خانه‌ای در بهشت بنا می کند: ۱ـ پناه دادن یتیم ۲ـ رحم کردن به ضعیف ۳ـ مهر و محبت به والدین ۴ـ مدارا کردن با بزرگان

در پایان بیان این نکته ضروری است که انسان باید این واقعیت را بپذیرد که همیشه چشم بر احسان خدا داشته باشد و از پیشگاه او هر گونه خیر و نیکی را تقاضا کند.

در چنین حالتی چگونه می‌تواند تقاضای دیگران را نادیده بگیرد و بی‌تفاوت از کنار آنها عبور کند و به عبارت ساده‌تر همان گونه که خداوند بخشیده است و احسان کرده، متقابلاً انسان نیز باید نسبت به دیگران احسان داشته باشد. همانگونه که خداوند می‌فرماید، مومنان باید عفو کنند و صرف نظر کنند، آیا دوست نمی‌دارید خداوند بر شما ببخشد؟



پاسخ به مسائل شرعی از مقام معظم رهبری

پرسمان زندگی
احکام نماز

سؤال: آیا اگر کسی هنگام نماز به خاطر یادآوری حرفی خنده‌دار یا پیدایش حالت خنده‌داری بخندد، نمازش باطل می‌شود؟

پاسخ: اگر خنده با صدا (قهقهه) و عمدی باشد، نماز باطل است.

سؤال: آیا مالیدن دستها به صورت بعد از قنوت در حال نماز، موجب بطلان آن می‌شود و در صورتی که نماز را باطل کند، آیا معصیت و گناه محسوب می‌شود؟

پاسخ: کراهت دارد، ولی نماز را باطل نمی‌کند.

هر کس عبادت خود را خالص کند خدا بهترین مصلحت را بر او فرو می‌فرستد

● حضرت فاطمه (س)

خواستگاری

خوش یمنی یک تولد

کورش کاشانی



هر دو طرف تهدید می‌کردند که طلاق می‌دهند و طلاق می‌گیرند و من قلبم توی دهانم بود که سرنوشت من و مینا چه خواهد شد

همه چیز به هم ریخته بود. مهتاب با اشک و گریه به خانه برگشته و پایش را توی یک کفش کرده بود که طلاق می‌خواهد. می گفت احمد دست بزن دارد، مدام بهانه‌گیری می کند و او از این زندگی هشت ماهه خسته شده است... مادرم سعی می‌کرد آرامش کند ولی به این آسانی نبود. مهتاب زمین و زمان را روی سرش گذاشته بود و کسی که از همه بیشتر نگران این وضعیت بود، من بودم...

چند ماهی بود که با مینا تلفنی صحبت می کردم. وصلت خواهر من با این خانواده باعث آشنایی من و مینا شده بود. در واقع مینا خواهر داماد ما بود. دختری ریزنقش و مهربان که در همان جلسات اول آشنایی خانواده‌ها حس کردم به او علاقمند هستم. ازدواج یک خواهر و برادر با خواهر و برادری از خانواده دیگر به نظرم کار جالبی می‌آمد. مخصوصا که اوایل همه چیز خوب و خوش بود. وقتی فهمیدم مینا هم به من علاقه دارد دیگر دست از پا نمی‌شناختم. فقط منتظر بودم وضعیت کارم مشخص شود تا به خواستگاری مینا بروم. اما حالا با این سر و صدایی که خواهرم مهتاب راه انداخته بود کار برای من خیلی سخت می‌شد. به مینا زنگ زدم و گفتم مهتاب قهر کرده و به خانه برگشته. او هم مثل من خیلی نگران شد.

گفت اگر رابطه برادرش با مهتاب به هم بخورد، محال است اجازه ازدواج ما دوتا را بدهند.تنها کاری که از دستم بر می‌آمد راضی کردن مهتاب بود تا برگردد سر خانه و زندگی‌اش. اما او اشک می‌ریخت و می گفت پایش را در آن خانه نمی گذارد. بعد پدرم تصمیم گرفت احمد را به خانه‌مان دعوت کند تا ببینیم داستان از چه قرار است.

احمد دل پری از خواهرم داشت. من هر چه سعی می کردم اوضاع را بهبود ببخشم فایده‌ای نداشت. دست آخر پدرم مرا کشید کنار و گفت: بچّه، داری چکار می کنی؟ اینکه رسمش نیست. صبر کن من تکلیفم را با این داماد روشن کنم.

خلاصه مرا پس زدند و کار به دست بزرگترها افتاد. هر دو طرف تهدید می کردند که طلاق

درپیچ و خم دادگاه

در این زندگی مانده‌ام چه کنم

راشین مختاری

من عروس خانواده‌ای شدم که اصلا در سطح آنها نبودم. با اینکه با من همیشه با احترام و مهربانی رفتار می‌کردند، ولی خیلی زود فهمیدم جزئی از آنها نیستم و هرگز نخواهم بود

احساس سبکی می کنم. انگار بار سنگینی از روی شانه‌هایم برداشته شده. باور نمی کنید چقدر خوشحالم که حکم طلاق صادر شد و از حالا من و مسعود می‌توانیم زندگی بهتری داشته باشیم. دوازده سال زندگی، امروز به نقطه پایان رسید و حس می کنم حالا وقتش رسیده که هر دوی ما به زندگی دیگری فکر کنیم.

به قاضی گفتم و به شما هم می گویم، مسعود یکی از نادرترین مردهای دنیاست. از انسانیت و مهربانی و خوبی هیچ چیز کم ندارد، ولی این همه خوبی داشت گلوی مرا خفه می کرد و راه نفسم را گرفته بود. حالا هم او آزاد است و هم من.. مطمئنم مسعود هم حال خوبی دارد.

وقتی عروسی کردیم فکر نمی کردم یک روز من تقاضای طلاق بکنم. یعنی هیچ کس باور نمی کرد یک روز من بخواهم از این زندگی بیرون بروم. چون همه چیز برای من زیادی بود. آن همه خوشبختی و رفاه انگار حق من نبود. دوازده سال طول کشید تا به این نقطه برسم که من هم در این دنیا سهمی دارم و حق دارم سبکبال زندگی کنم و زیر بار دین کسی خفه نشوم.

من دختر یک کارگر ساده بودم و مسعود پسر صاحب کارخانه بود. مثل فیلمهای هندی، من دختر فقیره بودم و مسعود پسر پولداره ولی با این تفاوت که عشقی در این میان نبود. روزی که مسعود مرا به عقد خودش در می‌آورد نقش



قهرمان را بازی می کرد. نقشی که پایان خوشی نداشت.پدرم در کارخانه خانواده مسعود کار می کرد. او مرد بسیار درستکاری بود و همه خانواده مسعود او را دوست داشتند. مشکلات فنی و تکنیکی ماشین آلات کارخانه را فقط پدر من می‌توانست حل کند. چکهایی را که رقم بالایی داشتند برای وصول فقط به پدر من می‌دادند و امین حاج آقا بود.تا اینکه یک روز مسعود گرفتار یک حادثه شد، حادثه‌ای که تا حد مرگ خطرناک بود. دست مسعود در یک دستگاه گیر کرد و با کوچکترین حرکت ممکن بود انگشتانش قطع شود. پدرم در چند ثانیه به داد مسعود رسید و او را نجات داد ولی دست خودش زیر تیغ رفت و جراحت بدی پیدا کرد.

این از جان گذشتگی باعث شد پدرم در دو هفته جانش را از دست بدهد. عفونت به قلب رسید و کاری از دست کسی بر نمی‌آمد.

مرگ پدرم همه خانواده مسعود را متاثر کرد. یادم است در مراسم ختم حاج آقا به مادرم گفت از حالا خانواده ما خانواده او هم هست... فکر

می‌دهند و طلاق می‌گیرند و من قلبم توی دهانم بود که سرنوشت من و مینا چه خواهد شد.
دیگر یقین پیدا کرده بودم زندگی آنها سرو سامان نخواهد گرفت و من مینا را برای همیشه از دست خواهم داد. از آن طرف مینا پشت تلفن اشکها می‌ریخت که باید این رابطه را تمام کنیم چون هیچ امیدی بهش نیست.
باور نمی‌کنید، من در مدت یک هفته چند کیلو وزن کم کردم و کاملا ناامید شده بودم. دیگر خبری از احمد نبود. خواهرم هم قصد برگشتن به خانه‌اش را نداشت. خانه در سکوت مرگباری غرق شده بود. مینا هم از من خواست فراموشش کنم و هر دو برویم پی زندگی خودمان. من در خلوتم های های گریه می‌کردم و مینا هم حال بهتری نداشت. تصمیم گرفتیم دیگر هیچ ارتباطی با هم نداشته باشیم. سوگواری پایان یک عشق ناکام آغاز شده بود تا اینکه دیدم پچ پچهایی در خانه راه افتاده. مادر به پدرم اصرار می‌کرد با احمد صحبت کند. خواهرم حال خوشی نداشت. دائم آب قند می‌خورد. پدرم سیگار می‌کشید و توی اتاق راه می‌رفت. نمی‌فهمیدم چه اتفاقی افتاده. روز بعد مادر مینا آمد خانه ما. صحبتها و پچ پچها میان زنها بود و من از چیزی سر در نمی‌آوردم.

دلواپس شدم و به این فکر می‌کردم که طلاق حتمی شده و دارند در مورد بقیه قضایا مذاکره می‌کنند. تا اینکه احمد را با یک جعبه شیرینی دم در خانه‌مان دیدم. بعد هم دست مهتاب را گرفت و رفت خانه خودشان. مادر برایش خط و نشان می‌کشید و او هم سرش پایین بود و هیچ نمی‌گفت؛ این احمدی نبود که من می‌شناختم. مهتاب هم ساکت و بی‌حرف مانده بود. بعد از رفتن آنها تازه فهمیدم مهتاب باردار است. حالا که پای یک بچه در میان بود همه عقب نشینی کرده بودند.
نمی‌دانستم خوشحال باشم یا ناراحت. از طرفی برای خودم خوشحال بودم که می‌توانستم باز به ازدواج با مینا امیدوار باشم..پاقدم این بچه خیر بود. زندگی خواهرم سر و سامان گرفت و احمد هم پدر بسیار قابلی از آب در آمد و زندگی اش با خواهرم رنگ و بوی دیگری گرفت. من هم جرات کردم و به خواستگاری مینا رفتم و با کمی دست انداز ما هم عروسی کردیم.
حالا بیست و هفت سال از ازدواج ما می‌گذرد. سه بچه داریم و یک زندگی آرام و بی‌دردسر را می‌گذرانیم. همیشه به خواهرزاده‌ام می‌گویم اگر تو به این دنیا نمی‌آمدی من هم نمی‌توانستم با زنی به مهربانی مینا ازدواج کنم...

می‌کردیم حتماً پولی به ما می‌دهند و از دست ما راحت می‌شوند، ولی آنها کار عجیبتری کردند. بعد از چهلم به خواستگاری من آمدند. حاج آقا اصرار داشت من عروس آنها شوم و مادرم با اشتیاق تمام قبول کرد. من هم که کم سن و سال بودم فکر می‌کردم اقبال بلندی به من رو کرده.
من عروس خانواده‌ای شدم که اصلا در سطح آنها نبودم. با اینکه با من همیشه با احترام و مهربانی رفتار می‌کردند، ولی خیلی زود فهمیدم جزئی از آنها نیستم و هرگز نخواهم بود. همه می‌دانستند مسعود برای ادای دین با من عروسی کرده است. همه کار حاج آقا را تحسین می‌کردند و من این وسط مانده بودم معطل که چه هویّتی دارم. شرکت در مراسم خانوادگی برایم آنقدر سخت بود که تب می‌کردم و مریض می‌شدم تا از رفتن عذر بخواهم. آنها همه تحصیلکرده و دنیا دیده بودند و من در خانه پنجاه متری بزرگ شده بودم.
رفتار همه محترمانه بود، ولی من خیلی زود خودم را به حاشیه کشاندم. در مهمانی‌ها می‌رفتم توی آشپزخانه و سرم را به کارهای آنجا گرم می‌کردم. یا از بچه‌های خواهر شوهرم مراقبت می‌کردم و کم کم احساس حقارت آنقدر در من زیاد شده بود که دلم می‌خواست از آن خانه فرار کنم. همسرم در کمال احترام و ادب رفتار سرد و بی‌روحی با من داشت. حتی یکی دو بار متوجه شدم زنهای دیگری وارد زندگی او

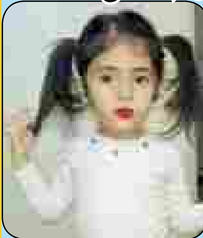
شده‌اند و او برای احترام به من هرگز موضوع را علنی نمی‌کرد. مادرم می‌گفت از بی‌عرضگی من است که نتوانستم عروس درست و درمانی برای این خانواده باشم، ولی واقعیت این بود که جای من آنجا نبود. دیگر از آن همه احترام و محبت خشک و بی‌روح خسته شده بودم. آنها هم خسته بودند. کم کم مرا به حاشیه کشاندند. خیلی از مهمانی‌ها دعوت نمی‌شدم و مسعود به تنهایی میرفت. مسعود کم سن و سالی من را بهانه میکرد و حاضر نبود بچه‌دار شویم. می‌دانستم دلش نمی‌خواست من بچه‌اش را بزرگ کنم. من یک دختر ساده و کم سواد بودم که در هیچ چیز سلیقه‌ای نداشتم و مسعود یک وقتهایی حتی از اینکه کنار من باشد خجالت می‌کشید. چندباری شنیده بودم که با حاج آقا بحث داغی داشته که چرا مجبورش کرده با من عروسی کند. دست آخر هم حاج آقا از او خواست برود و ازدواج مجدد کند. یک روز با من صحبت کرد تا این اجازه را به مسعود بدهم در عوض خانه را به نام من می‌زند. ولی حقارت دیگر کافی بود. گفتم طلاق می‌گیرم. گفتند همه حق و حقوقت را یکجا می‌دهیم. انگار همه منتظر این لحظه بودند.
تقاضای طلاق کردم. امروز حکم صادر شد. برای مسعود و خودم خیلی خوشحالم. من زن ۲۹ ساله‌ای هستم که می‌توانم زندگی را از نقطه‌ای تازه آغاز کنم....

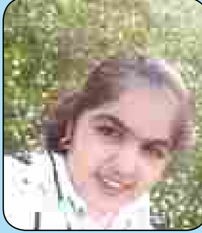
اگر می‌خواهی قدر پول را بدانی قرض کن!

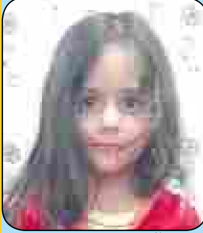
● نیکلا شاهنو

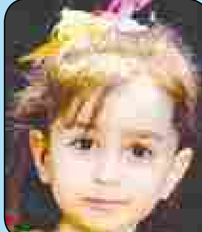
شکوفه های زندگی


آلا عبداله خانی


آدرینا کاظمی

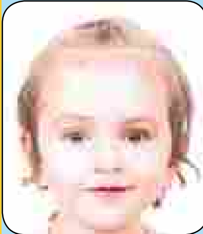

عسل عبداله خانی


آوا عبداله خانی


انسیه لطفی

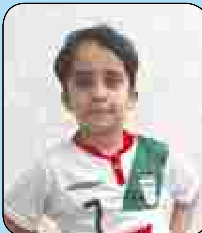

امیرعلی شعبانی


رز اسدی


باران کریمی


نیما پیرهادی


نازنین نوروزی


مبین رجب نژاد


نازنین فاطمه صادقی


نادیا سادات نورروان


نیکا نورروان

مشاور

خانواده



آقای سید محمد حسینی کارشناسی ارشد مشاوره، تخصصی فرزندپروری، خانواده، اضطراب و ترس، وسواس و افسردگی مشاوره تلفنی یک هفته در میان سه‌شنبه‌ها از ساعت ۹ تا ۱۱

همسرم آن آدم سابق نیست

سوال: با سلام. من زنی ۳۰ ساله هستم که ۵ سال است ازدواج کرده‌ام وبه تازگی صاحب یک فرزند دختر شده‌ام. قبل از تولد فرزندم رابطه من و همسرم بسیار خوب بود، ولی از وقتی بچه‌دار شدیم، روابط من و همسرم سرد شده است. چه کار کنم که اوضاع مثل سابق شود؟

س.م ــ تبریز

پاسخ: با سلام به شما مادر مهربان، رابطه خوب بین همسران از یک سری عوامل پیروی می کند که از جمله آنها گفت‌وگوی همسران با یکدیگر و گوش کردن فعال است. تجربه مشاوران خانواده نشان می‌دهد ۵۰ درصد زوجهایی که برای درخواست مشاوره می آیند، مشکل اصلیشان را عدم ارتباط و گفت‌وگو با همسر خود می‌دانند.

گوش کردن فعال یکی از روشهای ایجاد یک ارتباط یا مکالمه دو نفره است که این دو نفر نه تنها حرفهای یکدیگر را می‌شنوند، بلکه سعی می کنند همدیگر را درک کنند.

زمانی که شما شنونده خوبی باشید، معمولا به طرف مقابلتان کمک می کنید که او هم یک شنونده خوب باشد که در این روند، سطح ارتباط و مکالمه شما بالاتر می‌رود و در نهایت این نوع گفت‌وگو، سوءتفاهم کمتری ایجاد می کند و به شما این توانایی را می‌دهد که روی یکدیگر تاثیر بیشتری بگذارید و ارتباطتان بیشتر شود.

آنچه از گوش کردن فعال می گوییم در حقیقت مجموعه‌ای از کارهای به ظاهر ساده است که بسیاری از زوجین با دانستن شکل انجام آن می‌توانند قدمهای مثبتی را در جهت درک یکدیگر بردارند. برای مثال زمانی که همسرتان با شما حرف می‌زند کاملا به حرفهایش گوش کنید و حتی با طرز نشستن خود و استفاده از کلمات تایید کننده، مانند اوهوم، درسته....و گفتن یکسری جملات از حرفهای همسرتان به صورت خلاصه گویی و همچنین عدم استفاده از گوشی در حین حرفهای همسرتان و خاموش بودن تلویزیون به گونه‌ای که همسرتان احساس کند تمام و کمال در نزد او حضور دارید.مجموع همه اینها زوج را در حلقه همدلی و ارتباط موثر نگه می‌دارد.

این در حالی است که حضور فرزند در خانواده به مرور از ارتباط موثر زوجین کم می کند. نوزاد تازه وارد نیاز به مراقبت زیادی دارد و وقت بیشتری را می‌طلبد. مادر هم معمولا تمام توجه خود را به کودک معطوف می کند و اگر این روند ادامه داشته باشد، مرد احساس می کند که از مرکز توجه همسر کاملا کنار گذاشته شده و شرایط وقتی دلسرد کننده‌تر می‌شود که مرد ببیند در مسایل زناشویی هم از طرف زن طرد می‌شود. گاهی کاهش میل جنسی در زنان بعد از زایمان کاملا طبیعی است و اگر زن و مرد ارتباط عاطفی و منطقی درستی قبل از تولد کودک با هم ایجاد نکرده باشند، مرد درک صحیحی از بی‌میلی زن نخواهد داشت و آن را به بی‌توجهی زن نسبت خواهد داد و درست درزمانی که زن از لحاظ کمک عاطفی نیازمند حمایت همسرش است، مرد به علت دور شدن همسرش از او به واسطه مشغله پرستاری از فرزند، رفته رفته به خاموشی می گراید.در چنین وضعیتی مرد از طرف زن متهم به اهمیت ندادن به زن می‌شود. این سوء تفاهمها گاهی تا مشاجرات پر سر و صدا نیز پیش می‌رود.اینجاست که زن و مرد در یک رابطه رو به عقب قرار می گیرند و زن و مردی که فکر می کردند زندگیشان با حضور فرزند گرمتر می‌شود، روابطشان روز به روز سردی می گراید.

آنچه که یک زوج را پس از بچه‌دار شدن در چرخه ارتباط موثر نگه می‌دارد، این است که زوجین درک درستی از روابط جدید داشته باشند و در مورد عواطف و احساسات و نیازهای خود صادقانه با همسر خود گفت‌وگو کنند. آنها نیاز به زمانهایی برای تنها شدن با یکدیگر دارند تا از همدیگر برای شرایط جدید انرژی بگیرند.

توصیه ما این است که در ماههای اولیه زایمان، شما و همسرتان هر دو باید تلاش کنید تا خطوط ارتباطی که قبل از بچه‌دار شدن ایجاد کردید، از دست نرود. مهم نیست که هر دو چقدر خسته و بی‌حوصله هستید. باید زمانهایی را پیدا کنید تا از احساساتتان برای هم صحبت کنید. تولد فرزند یک اتفاق دایمی است و اگر شما بیشتر زمان خود را به توجه به نوزاد بگذرانید، علاقه همسر را از دست خواهید داد. احساس مادر شدن برای زن با احساس پدر شدن برای مرد تفاوت دارد. شما باید با همسرتان به صورت شفاف صحبت کنید. نیازها و احساسات و انتظارات خود را به او بگویید و از او بخواهید با کمک هم برای انجام کارهای خانه و نگهداری کودک برنامه ریزی داشته باشید. اجازه بدهید همسرتان هم به صورت شفاف با شما صحبت کند و نیازهایش را برای شما بگوید و انتظاراتش را به وضوح بیان کند. این گفت‌وگوهای بی‌پرده به شما و همسرتان کمک می کند تا دقیق بدانید چه می‌خواهید و چه چیزی از شما خواسته شده است. وجود کودک این پیغام را برای زوجین به همراه می‌آورد که زندگی دو نفره‌شان با تغییر نقش همسری به والدینی تغییر کرده است و بالحاظ این شرایط می‌بایست برنامه ریزیهای جدیدی برای زندگی کرد و از تفریحات هر چند کوچک برای خود و همسرتان غافل نشوید. اگر خانواده شما و همسرتان می‌توانند زمانهایی مراقب کودک شما باشند قطعا کمک بزرگی برای شما خواهد بود و این ویژگی بسیار مثبت خانواده‌های ایرانی است. این زمانها را غنیمت بشمارید، با همسرتان صحبت کنید یا قدم بزنید و تمام توجه خود را در این زمان به همسرتان معطوف کنید. مطمئن باشید همسرتان نیز واکنش مثبتی به این مساله خواهد داشت و مطمئن باشید تلاش و تفکر مثبت شما در جهت بهبود رابطه از شما مادر و همسری توانمند خواهد ساخت.

شماره مشاوره تلفنی: ۲۹۹۹۳۲۳۸ مشاوره حضوری با تعیین وقت قبلی

حقوقی



آقای سعید مجیدی نژاد وکیل پایه یک دادگستری و کارشناس ارشد حقوق خصوصی مشاوره تلفنی چهارشنبه ها از ساعت ۱۴/۳۰ تا ۱۶

روانشناس



خانم بهاره شیروانی دانشجوی دکترای روانشناسی تخصص مهارتهای زندگی و فرزندپروری مشاوره کتبی

طب سوزنی



مشاوره پزشکی، ترک اعتیاد مشاوره تلفنی دوشنبه‌ها از ساعت ۱۳ تا ۱۴:۳۰

حقوقی



آقای اکبر خوبکردار وکیل دادگستری مشاوره تلفنی شنبه ها از ساعت ۱۵ تا ۱۶

حقوقی



خانم الهام سادات طباطبایی وکیل پایه یک دادگستری کارشناس ارشد حقوق خصوصی مشاوره تلفنی چهارشنبه‌های اول هر ماه از ساعت ۱۳ تا ۱۴

روانشناس



خانم سیما میرلو پزشک عمومی و روانشناس بالینی، تخصص در کودک، خانواده، ازدواج، و واقعیت درمانی مشاوره تلفنی شنبه‌ها از ساعت ۱۰ تا ۱۲



گزارش سفر اختصاصی

سفر پرماجرا



مجید کاظمی

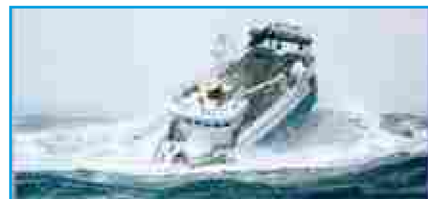
۹

کریستف کلمب بانی ایده رسیدن به شرق از طریق دریای غرب بود و باید فشار زیادي را براي موفق شدن تحمل می کرد.

او به دربار اسپانیا قول طلا، مروارید و ادویه فراوان را داده بود و طمع دربار براي ثروت مشرق بود که باعث شد مخارج سفر را متحمل شود. اما کریستف خیلی زود دریافت هندي را که پیدا کرده[همین سرزمینی که فکر می کرد هند است] فاقد تمام آن چیزهایی است که خوابشان را می‌دیده پس تلاش کرد، مجرایی پیدا کند تا بتواند مخارج هنگفت سفر را جبران کند، ولي کالایی که ارزش حمل با کشتي به مقصد اسپانیا را داشته باشد یافت نمی‌شد. بازگشت به اسپانیا با دست خالي را هم شکست مأموریت اکتشافی‌اش می‌دانست غافل از آنکه او قاره‌اي بس پهناور و غني کشف کرده بود.

کریستف براي جبران بدهیهایش به فکر تجارت برده‌هاي بومي در جزایر کارائیب افتاد، باوجود فضاي محدود در کشتیها، اسپانیایی ها چندصد بومی دنیاي جدید را دست و پا بسته به کشتیها منتقل کردند و به قصد فروششان در بازارهاي برده فروشي راهی اروپا شدند، اما در شرایط ناهنجار کشتیها، بیشتر بومیان بخت‌برگشته تلف شدند و آنها هم که زنده به مقصد رسیدند، تنها تعداد معدودشان توان بردگي داشتند.

امروز از جمعیت بومی جزایر کارائیب تنها تعداد معدودي در جزایر پرتوریکو و کوبا باقی مانده‌اند. امروزه ۹۹ درصد جمعیت جزایر کارائیب از نسل برده‌هاي سیاه آفریقایی هستند که کشاورزان اروپایی آنها را به این جزایر منتقل کرده بودند و پیشه اصلی‌شان بردگي روي زمینهاي کشت نیشکر بود.



کابوس دریا و موج های خشمگین

نمونه‌ای از سواحل پرماجرا

وقتی به ساحل جزایر نزدیک می شویم سواحلی که تصویر یکی از نمونه هایش را هفته پیش چاپ کردیم، مجموعه‌اي از آب و مناظر زیباست با قایقها و خانه‌هاي زیبا و گرانقیمت، ولي این تصوّر می‌تواند گمراه‌کننده باشد و همه آنچه را که در این مکان زیبا می گذرد نشان نمی‌دهد.

آنچه که دیده نمی‌شود، تراژدی تجمع آدمهاست و به محض ورود به لنگرگاه قایقها، بوي فاضلاب انسان را آزار و زیبایی فضا را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد، به‌حدي که ثانیه‌شماري می کنیداز آن‌محل خارج شوید. با وجودی که تابلوها مکرراً قایقها را در صورت تخلیه فاضلاب تهدید به جریمه سنگین می‌کنند، یا روي در و دیوار هر قایقي نوشته‌هایی هست که در آن تأکید شده که محیط‌زیست را تخریب نکنید و تنها در فاصله بیست کیلومتری از سواحل تخلیه فاضلاب مجاز است، اما **متخلفان حاضر در اسکله قایقها را تبدیل به حوضچه‌هاي فاضل آب می‌کنند و معمولاً هرچه این اسکله‌ها بزرگتر باشند، مشکل هم بزرگتر است و درصد کوچکي از این قایقها مسکن دایمی افراد و حتي خانواده‌ها هستند.** با مقایسه کرایه آپارتمان در مناطق ساحلي، سکونت در یک قایق به مراتب ارزانتر است و قایقها هم بهترین راه‌حل براي رفع مشکل مسکن افراد کم در آمد هستند.

روي دیگر این سکه، سودجویی صاحبان این اسکله‌هاي خصوصی است. آنها خوب می‌دانند که چه قایقهایي مسئول تخریب فضاي محیط هستند، ولي براي اینکه فضا خالي نماند، تمایلي به مقابله با ساکنان متخلف نشان نمی‌دهند. **درصد بالایي از قایقهايِ مسکوني هم پوسیده‌اند و توان خارج‌شدن از اسکله را هم ندارند و تنها آلونکي روي آب هستند و جاي شگفتی است که قایقهاي بالاي یک میلیون دلار هم مجبورند در همان آبها لنگر بیندازند و از همان هوا استنشاق کنند!**

بدترین کابوسهایی که فردی چون شمادارد؟

مَهلکه‌هاي بسیاري در آبها منتظر اقیانوس پیماها هستند. بزرگترین و مهلکترینشان طوفانهایند. قایق، باد و امواج بزرگ ترکیب مناسبي نیستند. همیشه تلاش می‌شود کشتي و طوفان هردو در یک مکان نباشند، ولي هنوز بسیاري از عوامل اتفاقاتي مانند طوفان ناشناخته‌اند و شانس غافلگیر شدن زیاد. خشکي، زمین، جزایر، صخره‌هاي مرجاني و آبهاي کم عمق هم با قایق و قایق سوار میانه‌اي ندارند که نزدیکي یا برخورد اتفاقي و حساب نشده با هر کدامشان پیامدش فاجعه خواهد بود. در تاریکي شب یا هنگام وزش باد شدید، همجواري با هرچه که آب نیست فاجعه آفرین است و لاشه هاي کشتي هاي زنگ زده اطراف دنیا شواهد آن هستند. با هیچ موتور قدرتمندي نمی‌توان مسیر قایقي را تغییر داد که با قدرتِ بادِ صد کیلومتر در ساعت به سوي صخره‌ها رانده می‌شود.

کشتیهاي نفتکش و کشتیهاي حامل کانتینرهاي تجاري از دیگر خطرات مهلکند.

یک نفتکش از لحظه‌ای که مانع را می‌بیند و اقدام به توقف یا تغییر مسیر می‌دهد، بیست کیلومتر مسافت لازم دارد تا از تصادف اجتناب کند و این براي قایقهاي کوچک خبر خوبي نیست، یعني اگر مسیرها تلاقي می کنند این قایق است که براي زنده ماندن باید تغییر مسیر بدهد اما اگر این واقعه دو بعد از نصفه شب اتفاق افتاد چطور؟ **رادار قایق کشتي را در فاصله ۱۵ کیلومتري در تاریکي می‌بیند، بوق خطر سر می‌دهد و مسیر و موقعیت کشتي را گزارش می‌دهد و ناخداست که در تاریکی شب باید مسیر امنتري را جستجو کند.**

در مواقع طوفاني گاهي کشتیهاي تجاري کانتینرهایي را از دست می‌دهند و بعضي از این قوطیهاي آهني و عظیم شناور می‌مانند و تنها قسمت کوچکي از آنها در آب نمایان است که با برخورد با این موانع باید فاتحه قایق را خواند، بخصوص در دل شب که این موانع قابل رویت نیستند و احتمال برخورد با یک کانتینر شانسش به اندازه برخورد صاعقه است، ولي بارها اتفاق افتاده. دزدان دریایي هم تنها در مناطق شناخته شده‌اي حضور دارند، اطراف باب المندب دریاي سرخ، سواحل شرقی اندونزي، سواحل شرقی هندوستان و به ندرت در دریاي کارائیب. بُرد فعالیت دزدان محدود به زیر صد کیلومتر است و کافی است در این مناطق در فاصله صد کیلومتری خشکي ماند ودر امان بود.

البته اگر کسي در جوار قطبهاي شمال یا جنوب سفر می کند، باید نگران کوههاي یخ شناور هم باشد، ولي اطراف خط استوا جاي نگراني نیست، مگر اینکه قطریها براي آب شُرب در حال یدک کشیدن یکي از این کوهها براي قطر باشند!!

ادامه دارد



سالها پیش وخاطرات من ودریا

در پشت هیچ در بسته‌ای ننشینید تا روزی باز شود

●سقراط

دوره سیزدهم

مسابقه بزرگ داستان نویسی

زیر نظر: علی‌اصغر شیرزادی

نیمکت ابر و بادی

شیدا محجوب ـ تهران



در عمق و لایه دوم "نیمکت ابر و بادی" نوشته "شیدا محجوب" ریشخندی افسرده در پشت واگویه‌ای چند ساحتی و برآمده از ملال و بیهودگی، تفکر و تامل برمی انگیزد. نویسنده جوان و نوقلم "شیدا محجوب" با همین داستان متفاوت و به ظاهر ساده، با توانمندی خلاق به باز آفرینی هنرمندانه گسیختگی پنهان و کتمان شده روابط متعارف انسانی پرداخته است.

این نیمکتی که انتخاب کرده‌ام ده بیست قدمی با دستشویی عمومی پارک فاصله دارد.نه زیادی توی دید این و آن است نه خیلی مخفی و پنهان .پای انداخته روی این یکی پایم، یک ضرب تکان تکان می‌خورد و دستم گوشی را که شارژش رو به پایان است، مدام بالا و پایین می‌برد .از وقت آمدنم باید یک ربع بیست دقیقه ای گذشته باشد اما مطمئن نیستم .یک جور مرضی دارم که هرچه به ساعت نگاه می کنم باز یادم میرود کی آمدم و چقدر گذشته .دوباره باید فکر و تمرکز کنم تا درکِ گم شده‌ام از زمان پیدا شود .آخرش هم می‌بینم یک ربع بیست دقیقه‌ای که فکر می کردم گذشته یک ساعتی شده .توی صفحه تاریک گوشی خیره می‌شوم و سعی می کنم دسته‌ای موی لختِ حرف نشنوی مشکی را بکنم زیر شال اما نمی‌شود و دوباره می‌ریزد توی چشمم. گوشی را می آورم پایین و نگاهم می‌خزد آن جلو. نیمکت رو به رویم رنگش با همه ی نیمکتها فرق دارد.یک طرح ابر و بادی دارد .قرمز و نارنجی و یک سری رنگ دیگر درهم .مردی هم کنارش چمباتمه زده و احتمالا نخوابیدنهای دیشبش را سر ظهری آنجا چرت می زند .دور و برش گربه‌هایی چاق و لاغر چسبیده به کاپشن بی رنگ و رویش لمیده‌اند و گاهی از سر بی حوصلگی دُمی بالا و پایین می‌برند.خودش هم هر چند وقت یک بار سرش را بلند می کند واطراف را می‌پاید و بعد دوباره فرو می‌برد توی حلقه دستانش.

به گوشی‌ام نگاه می کنم .پیام سند شده هیچ جوابی ندارد و باز باید منتظر بمانم .مادر همیشه می گفت: "چیزی را که زیادی خلاف مرادت می گردد تحمل نکن، بزن زیرش ".احتمالاً مادر عصبانی بوده حین گفتن اینها .ولی خب خودش پای حرفش ماند و زد زیر من و بابا .البته آن موقع که اینها را لا به لای غرولندهایش از عصبیتهای بی جای پدر می گفت، نگفته بود من هم جزء آن «خلاف مرادهایش» بودم .این را از پدر شنیدم. یک شبی که عصبیت لحظه ایش از حرفهای بی‌سر و تهم درباره عاشق شدن عود کرده بود، داد زد:"همون وقت که مامانت می‌خواست بندازتت نباس جلوشو می گرفتم ...مارو چه به بچه بزرگ کردن...؟!"

گوشی می گوید :"دینگ!"

چشم از نیمکت رنگی می گیرم و تند و سریع می‌خوانم:"سعی می کنم خودمو برسونم..."

انگشت اشاره‌ام را می کشم روی" سعی می کنم" .چند خطی هم در وصف همین جمله‌اش می‌نویسم اما پاکش می کنم .نمی‌شود که من هم شبیه مادر و پدر باشم .مرد از جایش بلند شده و از توی گونی ،برای گربه ها غذا می‌ریزد .گربه‌های گرسنه و حریص هم به پر و پایش می‌پیچند و کفشهایش را لیس می‌زنند .موهای بلند و روشنی دارد ، ریخته توی صورت استخوانی‌اش که ریشی پرپشت و نامرتب دارد .پایین شلوار گشادش ریش ریش شده و ته جیبهای بزرگ کاپشنش سوراخ است .این را وقتی فهمیدم که پی چیزی دست برد توی جیب و انگشت اشاره‌اش را از آن سمت سوراخ تکان داد .شاید یک نخ سیگار می‌خواست .باغبان شیلنگ آب را پرت می کند روی چمنهای پشت نیمکت رنگی و می‌زند روی شانه مرد :"چیه مراد خان، اوضاع ردیفه؟" یه نخ برات روشن کنم؟؟

مرد دست می‌برد و گوشه‌ای از موهای ریخته روی چشمش را کنار می‌زند و به باغبان نگاه می کند .بعد بی آنکه کلمه ای بگوید، بی هوا ولی تر وفرز دست می کند توی جیب باغبان وتکه لُنگ رنگ و رو رفته‌ای بیرون می کشد .باغبان هم سری تکان می‌دهد: "ببر بابا جون... ببرش... مال تو!"

می‌نویسم

:"برات مهم نیست که تنها روی یه نیمکت سرد نشستم و باید منتظر احتمالِ اومدنت بمونم؟"

ده ثانیه بعد از سند شدنش زنگ می‌زند.

ریجکت می کنم.

می‌نویسد: "اونجا چیکار می کنی؟تلفنتو جواب بده ببینم..."

ریجکت می کنم. می نویسم: "زدی زیر قرارمون...دفعه اولت که نیست..."

ـ قرارمون شام بود توی رستوران .نه الان...

–نخیر گفته بودم ناهار... نه شام...اصلا به حرفام گوش میدی؟

–بس کن برو خونه!

–نمیرم

–غلط می کنی...

ریجکت می کنم.در حالی که چشم می گردانم روی سردر تئاترِ و می‌خوانم:" تولد" از جایم بلند می‌شوم .دستهایم را فرو می کنم توی جیب پالتو و قدمهای آرام برمی دارم به سمت خروجی باغ.

–باشه ...میام ...این پرونده ی لعنتی رو بفرستم میام...برو یه جای گرم تا اون موقع.

آب دماغم را می کشم بالا و گوشی را به همراه دستم فرو می‌برم توی جیب و در حالی که نه خوشحالم نه ناراحت راهِ رفته را بر می گردم.

نیکمتم پر شده .پسر و دختری آنجا نشسته اند وانگار رازهای مگو برای هم فاش می کنند .می‌روم سمت نیمکت رنگی .به نظرم عریانتر از جای قبلی می‌رسد . گوشه اش می‌نشینم .دست می‌برم توی کیفم و عکس سونوگرانی را می کشم بیرون. بلیت‌هایی که برای تئاتر گرفته‌ام همراه جواب آزمایش پرت می‌شوند روی زمین .همینطور که خم می‌شوم برای برداشتنشان، با خودم می گویم: آخرش هم همه چیز را خراب می کند و باعث می‌شود من هم دیوانه بازی دربیاورم .دست که می‌برم سمت بلیت ، نوک کفش بی رنگ و رویی زودتر از من لمسش کرده .سرم را می گیرم بالا. همان مرد است .صورتش که از دور خوب دیده نمی شد حالا واضح تر است .می گویم : "لطفا پاتو بردار آقا... "با نوعی لجبازی بچگانه لنگ خیس توی مشتش را می فشارد و نوک کفشش را همراه بلیتها می کشد بر زمین.

–نکن...پاتو بردار...ای بابا پاره کردی بلیتو...

صدایی از میان دندانهای بهم چسبیده‌اش خارج می‌شود که نمی‌فهمم .انگاری عصبی شده.

–اومد ...بست.. اینجا ...طناب بیاره... ببره بالای درخت...

نمیفهمم چی میگی پاتو بردار...

چند پسر از کنارمان رد می‌شوند و با خنده به او اشاره می کنند:

"بابا مرادی باز مواد بهت نرسیده..."

به حرفشان توجهی نمی کند و ابروهای پر پشتش را بیشتر در هم می کشد و لنگ خیس از آب را توی هوا تکان می‌دهد.

می‌ترسم. شاید باید بیخیال بلیتها شوم.

-نکن...ایش...!

دست می کشم روی قطراتی که از خیسی لنگ پاشیده روی صورتم...باغبان با گامهایی آرام نزدیکمان می‌شود و دست می گذارد روی شانه‌اش و به سردر تئاتر آن طرف پارک اشاره می کند: "مراد جان پاتو بردار...خانوم بلیت داره می‌خواد بره...

مراد که انگار آرام شده یک قدم عقب می‌رود. باغبان خم می‌شود. بلیت را می‌دهد دستم:

خانوم شما هم لطفاً پاشو از رو این نیمکت... کیفم را در بغلم می‌فشارم از روی نیمکت بلند می‌شوم و چند قدمی آن طرفتر نگاهشان می کنم. مراد لنگ را روی نیمکت می کشد و تمیزش می کند. یک قسمت را ده بار دستمال می کشد. مخصوصاً جای نشستن مرا. روی نیمکت پر بود از قلبهای تیر خورده کنده کاری شده و گاهی با خطی لرزان و خوش شعری نوشته بود:

تو نیستی و خورشید
غمگین‌تر از همیشه غروب خواهد کرد
و من دلتنگ‌تر از فردا
به تو فکر می کنم

فکر می کنم که حتماً این یارو شاعر است و من هم عدل رفته‌ام جای خلوت شعر و شاعری اش لمیده‌ام.

دینگ: "عزیزم...برو خونه...میام اونجا با هم حرف می‌زنیم."

لب پایینم را گاز می گیرم. دست خودم نیست این زود جوش آوردنها. دلم می‌خواهد مثل بقیه لبخند تلخی بزنم و آرام و متین بر گردم خانه و در سکوت به پنجره رو به شهر خیره خیره شوم. اما این گونه نیستم. هزار ناسزای بالا آمده را می‌خورم و چیزی برایش نمی فرستم. حدس می‌زدم که این بار هم همه چیز را خراب کند. اصلاً من و او را چه به تولد و سورپرایز حاملگی با تئاتری که از فلسفه تولد می‌گوید؟ اصَلا مگر ما فلسفه حالیمان می‌شود؟ بچه، بچه است دیگر، کدام فلسفه و تعالی و معجزه و شر و ورهای دیگر. می‌دانم امروز هم تا شب خانه نمی‌آید. من هم تنها و شام نخورده روی کاناپه خوابم می‌برد مثل همان وقتها که شبهای تولدم همه دیر می‌رسیدند و من روی پای مادربزرگ خوابم می‌برد.

ریجکت می کنم. دست می‌برم توی کیفم و کاغذها و بلیتها را می کشم بیرون. با گامهایی تند می‌روم سمت سطل زباله. کسی محکم می‌خورد به بازویم. نگاهم گره می‌خورد در چشمان دختر جوانی که شال سفید و بلندش از روی سرش افتاده و موهای فرفری خرمایی اش درهم ریخته اند. کوله ای که روی دوش دارد زیادی برای اندام ظریفش بزرگ است.

-ببخشید خانوم...طوری که نشد؟

سعی می کنم لبخند بزنم. ردّ مداد آرایشی زیر چشمهایش ماسیده و تا روی گونه‌هایش خط مشکی جا انداخته. صورتش خسته است. با گامهایی آرام می‌رود سمت نیمکت رنگی. می‌خواهم بگویم: "نه نرو...اونجا نشین..." که مراد را می‌بینم. از پشت تنه قطور درختِ پشت نیمکت گردن کشیده و مثل صیادی که درِ کمین صید گریزپایش نشسته، به دختر نگاه می کند. او هم کوله اش را می گذارد کنارش و لحظه‌ای صورتش را می کند توی دستهایش و به نظرم می‌رسد شانه هایش می‌لرزند. بعد دست می کند توی جیب کوله و خودکاری بیرون می آورد و خم می‌شود روی نیمکت...انگاری مشغول جواب دادن به پرسشهای مهمترین امتحان زندگی اش باشد، بی توجه به همه آنهایی که از کنارش عبور می کنند، یک لحظه سر بالا نمی آورد. وقتی از نوشتن فارغ می‌شود سر می گیرد بالا و به آسمان نگاه می کند. به نظر دلتنگ می آید. بعد از جایش بلند می‌شود و همان طور که آرام آمده بود. آرام هم بر می گردد. مراد از پشت درخت بیرون می آید و جای قدمهای دختر را با نگاه بدرقه می کند. **ریجکت می کنم.** "امروز نشد... کار پیش اومد، دست من که نیست...عصر زود میام خونه."

باز هم جواب نمی‌دهم. فقط توی دلم می گویم: "بد قولِ خالی بند!" دختر و پسری که روی نیمکت مَن نشسته بودند با ذوق و شوق می آیند سمت نیمکت رنگی و می‌خواهند سلفی بگیرند. مراد برمی گردد و بدون اینکه نگاهشان کند لنگ را توی هوا می‌تکاند و بی قید می‌رود سمتشان و لنگ را می کشد روی نیمکت.

پسر با لحنی معترض می گوید: "حاجی دو دیقه بکش خودتو کنار تو کادری..."

اما مراد بی توجه به همه چیز لنگ را می کشد روی لباسهایشان. دختر جیغ می کشد و از جایش بلند می‌شود. پسر گره ابروهایش را در هم می کشد و با دست می کوبد روی سینه مراد. او هم چند قدم به سمت عقب تلو تلو می‌خورد اما با حرص بر می گردد و می‌خواهد به زور جای نشستن پسر را دستمال بکشد.

-نکن مردک...پسر از جایش بلند می‌شود و یقه مراد را می گیرد و مشت می‌زند وسط صورت او و پرتش می کند زمین. مراد زیر لب چیزهایی می گوید و دست می کشد روی خون جاری شده از بینی اش.

ریجکت می کنم. دلم آشوب می‌شود. دستم را جلوی دهانم می گیرم و در حالی که عق می‌زنم، می‌دوم سمت دستشویی.

گریه عروسکها

نسیبه توفیقی_تهران

"نسیبه توفیقی" نویسنده جوان و خوش قریحه با نوشتن داستانک "گریه عروسکها" توانایی ذهن و تخیل هنرمندانه‌اش را در زمینه نوشتن "داستانک" بر اساس تعریف امروزی این نوع ادبی، به اثبات رسانده است.

پدربزرگ می گوید: "صدای گریه عروسکها را می‌شنوم." قرصهایش را کف دستش می گذارم. لیوان آب را جلو دهانش می گیرم. پتو را می کشم رویش. می گوید:

"علی یارت، پسرم." مرا یاد تابستانی می‌اندازد که دوازده ساله بودم و با کامیون روسی او برای بار زدن و فروش هندوانه می‌رفتیم. کامیون صبحها سخت روشن می‌شد. همسایه‌ها را برای کمک صدا می کردیم. پدربزرگ بلند می‌خندید و می‌گفت: "یه یاعلی بگید، روشن میشه." همسایه‌ها هم همت می کردند و دو دست را پشت کامیون می گذاشتند آماده هل دادن می‌شدند. یک نفر با صدای بلند می گفت: "بگو یاعلی! هل بده." همگی با صدای بلند و کشیده می گفتند: "یاعلی. مدد." کامیون همزمان با هل دادن استارت می‌خورد و روشن می‌شد.

تفریح تابستان آن سال من این بود که با او بروم و هندوانه بار بزنیم و بفروشیم. پدربزرگ گفته بود: "این ماشین همه را عاصی کرده. باید مقداری پس انداز کنیم و این قارقارک رو ببریم تعمیرگاه..." بالاخره روزی که همگی از تعمیر کامیون خوشحال بودیم، پدربزرگ ماشین را روشن کرد. خواست دور بزند. پشت کامیون را ندید. خواهر پنج ساله‌ام دور از دید او نشسته بود، با عروسکهایش بازی می کرد. پدربزرگ دنده عقب گرفت، بدون آنکه پشت سرش را ببیند.

پدربزرگ هنوز پس از چندین سال، فکر می کند صدای گریه عروسکها را می‌شنود.



خوشبخت کسانی هستند که اندیشه‌شان به سوی چیزی غیر از خوشبختی خودشان است

• استوارت میل

حواشی پسا جام جهانی

جنجال گزارشگران زن جام جهانی

جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه در حوزه رکوردشکنی، شگفتی و البته جنجال کم نداشت ؛ از تعداد بی سابقه پنالتی و گل به خودی گرفته تا استفاده از کمک داور ویدیویی برای اولین بار، از شگفتی سازی تیمهای کوچک تا حذف تیمهای بزرگی مانند آلمان، آرژانتین و پرتغال. اما چیزی که بیش از همه جلب توجه کرد و البته حاشیه ساز نیز شده، حضور ۳ کارشناس و گزارشگر زن در این مسابقات بود که برای اولین بار چنین رویداد ورزشی بزرگی را گزارش کرده و یا به کارشناسی آن می پرداختند.خبر حضور ۳ زن در روسیه برای گزارش و تفسیر بازی ها بیش از آنچه که تصوّر می شد جلب توجه کرده و این موضوع واکنش های مثبت و منفی زیادی را در پی داشته است.

این سه زن که ویکی اسپارکس، مارک لاند و کلاودیا نیومن نام دارند به ترتیب برای بی بی سی، تلویزیون سوئد و شبکه دو آلمان وظیفه گزارش و تفسیر مسابقات فوتبال جام جهانی ۲۰۱۸ را بر عهده داشتند. هر چند بسیاری از این واقعه و پیشرفت بی سابقه بسیار خوشحال شده و از آن استقبال کردند ، برخی دیگر نیز موجی از توهین و تحقیر و کامنت های جنسیت زده و ناخوشایند را علیه این زنان براه انداخته بودند. هنوز هم هستند کسانی که به قابلیتهای زنان در این عرصه باور نداشته و صدای گزارشگران مرد را ترجیح می دهند. اما باید دانست که این زنان هر کدام در این عرصه از تجربه و دانش کافی برخوردار بوده و توانایی تفسیر و گزارش فوتبال به مانند مردان را دارند.

نویمن چند سالی است در این عرصه به صورت تخصصی و حرفه ای فعالیت داشته و بازیهای جام ملتهای اروپا در سال ۲۰۱۶ را تفسیر و گزارش می کرده است. خانم مارک لاند هم نیز از بازیکنان سابق تیم ملی فوتبال زنان سوئد بوده و حتی انتخاب شدن به عنوان دومین بازیکن برتر جهان را نیز در کارنامه دارد. وی در سالهای اخیر وارد عرصه گزارش و کارشناسی فوتبال شده و دو سالی است که برای تلویزیون سوئد کار می کند.







عکاسی در سخت ترین شرایط

هنگامی که کرواتها در روز نیمه نهایی دومین گل خود را به ثمر رساندند، گلی که برتری آنها را بر انگلیسی ها نشان داد، هر کدامشان به طرفی از استادیوم لوژنیکی دویدند. اما بیشتر بازیکنان به گوشه ای از زمین رفتند که محل تجمع عکاس ها است.کورتز عکاس خبرگزاری فرانسه یکی از این عکاسها بود که برای پوشش بازیهای جام جهانی راهی روسیه شده بود.

کورتز در مصاحبه ای کوتاه با روزنامه رایت، می گوید هجوم بازیکنان به سوی خود را دیده است و برای همین لنز دوربینش را سریع عوض کرد تا تسلط بیشتری بر اتفاق پیش رویش داشته باشد.او گفت: "یک لحظه احساس کردم صندلی ام واژگون شد، اما من همچنان عکس می گرفتم."

در نهایت، بازیکنان متوجه کورتز شدند. کسی که به نظر می رسد برای لحظه ای عضو دوازدهم تیمی بود که راهی فینال و بازی با فرانسه شد.اینجا بود که داستان کورتز به عنوان شخصیت فرعی داستان پیروزی کرواتها بر انگلیسی ها به پایان رسید.لحظه شهرت کورتز، وقتی بود که همکاران عکاسش دوربین‌هایشان را به سمت او گرفتند و لحظاتی را که او زیر اعضای تیم ملی کرواسی مدفون شده بود، ثبت کردند.





روسیه های دوپینگی؟

پزشک تیم ملی روسیه با پذیرش مصرف آمونیاک، اتهام دوپینگ را رد کرده است. پزشک تیم روسیه مصرف آمونیاک توسط بازیکنان این تیم را تایید، اما هرگونه اتهام دوپینگ را رد کرد.با حواشی موجود درباره ورزشکاران روسیه در خصوص دوپینگ این نگرانیها در مورد تیم فوتبال این کشور نیز ذهن بسیاری را درگیر کرده بود و حتی حذف این تیم از مرحله یک چهارم نهایی نیز باعث نشد که این شایعات و نگرانی‌ها از بین برود.

ادوارد بزوگلوف پزشک تیم روسیه به رسانه محلی روسی توضیح داد: «این فقط آمونیاک بوده است در داخل قطعات پنبه‌ای که بازیکنان استنشاق کرده اند؛ این امر عادی است که هزاران ورزشکار آن را انجام می‌دهند و این نه تنها در ورزش که در زندگی روزمره نیز مورد استفاده کسانی است که احساس ضعف می کنند.»

بزوگلوف دوپینگ محسوب شدن این عمل را رد کرد، این در حالیست که بسیاری با وی موافق نیستند.پیش از این روزنامه آلمانی بیلد گفته بود که دیده شده بازیکنان روسیه پیش از دیدار با کرواسی بینی خود را می‌خواراندند که این از علایم مصرف آمونیاک است.

هرچند که از سوی کمیته مبارزه با دوپینگ فیفا، این کار دوپینگ محسوب نشود، اما این دارو شدت جریان خون را بالا می‌برد وحجم ریه را افزایش می‌دهد.

حرکت پهلوانانه قهرمان فرانسوی

کیلیان امباپه ستاره ۱۹ ساله تیم ملی فرانسه درخشش فوق العاده ای برای تیمش داشته و توانست عنوان بهترین بازیکن جوان را از آن خود کند. او برای هر بازی که برای فرانسه در جام جهانی انجام داده، ۲۲ هزار دلار پاداش گرفته و همچنین برای قهرمانی در رقابتها، مبلغ ۳۵۰ هزار دلار پاداش گرفته که در مجموع، ۵۰۰ هزار دلار پاداش او در این رقابتها شده است. با این حال، امباپه ۱۹ ساله قصد ندارد این مبلغ را صرف زندگی خود کند بلکه می‌خواهد این رقم که رقم قابل توجهی نیز هست را به یک بنگاه خیریه که به بچه‌های معلول اختصاص دارد، پرداخت کند. امباپه برای اولین بار در سال ۲۰۱۷ با این خیریه ارتباط گرفت و مسئولین این خیریه نیز علاقه خاصی به ستاره فرانسوی دارند.



رئیس جمهور با معرفت

برخورد رئیس جمهور فرانسه در رختکن با فرزندان لوکا مودریچ هافبک کرواسی و بهترین بازیکن جام نیز مورد توجه عکاس حاضر در رختکن قرار گرفت. در حالیکه همه نگاه ها به سوی رئیس جمهور فوتبال دوست کرواسی بود، مکرون با حضور در رختکن تیم ملی کرواسی از بازیکنان این تیم قدردانی و دلجویی کرد. جالب آنکه مودریچ مدال نایب قهرمانی را به دخترش و جام بهترین بازیکن را به پسرش داد تا هر دو فرزندش از جام جهانی ۲۰۱۸ غنیمت داشته باشند.



ضرر تیم ملی فرانسه به اسپانسرش!

قهرمانی تیم ملی فوتبال فرانسه در مسابقات جام جهانی ۲۰۱۸،باعث شد شرکت چینی «واتی» حامی مالی این تیم، بیش از ۴ میلیون دلار متضرر شود. شرکت لوازم خانگی «واتی » (Vatti) ، حامی مالی تیم ملی فرانسه در جام جهانی ۲۰۱۸ روسیه ، به مشتریان خود قول داده بود کسانی که از تاریخ اول ژوئن تا ۳ جولای برخی محصولات ۴۹۹۹ یوانی (۷۴۷ دلاری) این شرکت را خریداری کنند، در صورت قهرمانی آبی‌پوشان فرانسوی، تمام پولی را که برای خرید این محصولات پرداخته اند، به آنها بازمی‌گرداند.حالا با قهرمانی فرانسه این شرکت اعلام کرده است حدود ۲۹ میلیون یوان (۴،۳ میلیون دلار) متضرر شده است.«واتی» اعلام کرد که در طول این مدت فروش عادی این شرکت ۲۰ درصد و فروش آنلاین آن ۳۰ درصد رشد داشته است.فروش محصولات واتی در فروشگاه ها بالغ بر ۷۰۰ میلیون یوان (۱۰۴،۶ میلیون دلار) و از طریق اینترنت ۳۰۰ میلیون یوان(۴۴،۸ میلیون دلار) بوده است.در حالی که ضرر و زیان واتی ناشی از تبلیغات «بسته قهرمانی» ۷۹ میلیون یوان(۱۱،۸ میلیون دلار) بوده، این شرکت اعلام کرده است که فقط ۲۹ میلیون یوان (۴،۳ میلیون دلار) به مشتریان اینترنتی خود بازمی گرداند و ۵۰ میلیون یوان دیگر را به فروشگاه های خود که این محصولات را برای انبار خریده اند بازپرداخت می کند.



رقم دستمزد فغانی در جام جهانی

در طول رقابتهای جام جهانی یکی از مواردی که بارها درباره علیرضا فغانی مطرح شد، میزان دستمزدی است که او از فیفا بابت قضاوت در این مسابقه دریافت می کند.فغانی در خلال برگزاری جام جهانی یکبار به حواشی ایجاد شده در این خصوص اعتراض کرد اما فایده ای نداشت تا اینکه حالا بعد از سربلندی در این رقابتها میزان دستمزدش را اعلام کرد.فغانی در این خصوص گفت: «ما دوره قبلی جام جهانی ۵۰ هزار دلار گرفتیم.این دوره با توجه به تعداد بازی هایی که سوت زدیم از ۲۰ هزار دلار تا ۶۰ هزار دلار پول می گرفتیم که من سقف این مبلغ یعنی حدود ۶۰ هزار دلار را دریافت خواهم کرد.البته شما باید با دلار ۴۲۰۰ تومانی این مبلغ را حساب کنید. چون فدراسیون دلار را می گیرد و به تومان و با دلار دولتی محاسبه می کند و به ما می دهد. ضمن اینکه با توجه به تحریم ها خیلی زمان می برد تا مبلغ مذکور به حساب فدراسیون فوتبال بیاید.»



مسجدسازی قهرمان جهان

عثمان دمبله بازیکن تیم ملی فرانسه قهرمان جام جهانی فوتبال معمولا به خاطر کارهای خیر خواهانه اش مورد توجه رسانه هاست. این مهاجم جوان که اصالتا اهل موریتانی است تصمیم گرفته که با جایزه خود به خاطر قهرمانی تیمش در میهنش یک مسجد بسازد. این مسجد در شهر زادگاه وی یعنی جاکیلی ساخته می شود. خاطر نشان می شود که مادر عثمان اهل سنگال بوده و در موریتانی زندگی می کند. پدرش اهل مالی است. این فوتبالیست که در تیم بارسلونا بازی می کند در فرانسه متولد شده است.



میزان درآمد روسیه از جام جهانی

مایا لومیدزه، مدیر اجرایی انجمن متصدیان گردشگری روسیه گفت: بنا بر اعلام کمیته برگزاری رقابتهای جام جهانی ۲۰۱۸، این مسابقات بیش از ۸۵۰ میلیارد روبل (حدود ۱۳،۵ میلیارد دلار) به تولید ناخالص داخلی کشور کمک کرده است و در این بین فقط بخش گردشگری در طول برگزاری جام جهانی بین ۴۰ تا ۷۰ میلیارد روبل درآمدزایی داشته است.

لومیدزه یادآور شد که ۲۴ هتل جدید در ۱۱ شهر روسیه برای جام جهانی ۲۰۱۸ ساخته شده است. « در پر شدن این هتل ها در مسکو، سن پترزبورگ، کالینینگراد و کازن در آینده شکی نیست، بنابراین شهرهایی مانند ولگوگراد، نیژنی نووگورود و سارانسک برای پر کردن ظرفیت های جدید، تلاش جدی بکنند. کمیته برگزار کننده جام جهانی ۲۰۱۸ گزارش می دهد که به لطف برگزاری مسابقات جام جهانی فوتبال، ۲۲۰ هزار شغل جدید ایجاد شده است و مجموع کل کمک این مسابقات به تولید ناخالص داخلی کشور بیش از یک درصد ، بیش از ۸۵۰ میلیارد روبل بوده است.»



ساده بودن همانا زرنگ بودن است ●امرسون

سهراب صفادار

بهترین شغل



آیا از آن دسته افرادی هستید که دوست دارید هیچ کاری انجام ندهید و پول بگیرید؟ آیا دوست دارید به جای اینکه هر روز یک کیف چرم با خود حمل کنید، یک بالشت نرم در دستانتان داشته باشید؟... **شانس در خانه تان آمده است!** یک شرکت تولید خوشخواب و تشکهای راحتی به دنبال یافتن کارمندی برای بهترین شغل جهان است. آنها به دنبال فردی هستند تا خوشخوابهای آنها را با خوابیدن امتحان کند. در واقع این فرد برای خوابیدن پول می گیرد! آنها می خواهند کسی را استخدام کنند تا خوشخوابهای آنها را تست کند و همچنین تجربه خوابیدن روی خوشخوابهای معروف دیگر را هم امتحان کرده و ارزیابی کاملی از آن را با پست تصاویر و ویدئو در شبکه‌های اجتماعی قرار دهد. در این آگهی استخدام قید شده است که داوطلبان باید خواب منظمی داشته باشند. همچنین باید به خوابیدن علاقه‌مند باشند. در واقع بهترین استعدادها و تواناییهای لازم برای این شغل این است که در طول روز بخوابید، به چرتهای کوتاه علاقه داشته باشید و عاشق یک خواب طولانی و راحت در شب باشید. داوطلبان باید حداقل ۱۸ سال داشته باشند و بتوانند در طول روز چرت بزنند. آنها باید بتوانند صرف نظر از اینکه چه ساعتی از روز است، یک خواب کوتاه داشته باشند و خوابیدن در حالات مختلف روی تشکهای مختلف را هم امتحان کنند. اطلاعاتی از حقوق پیشنهادی برای این کار در دسترس نیست، اما قطعاً نسبت به «سختی کار» می‌ارزد

زن گوژپشت



"**ملیسا**" ۳۰ سال سن دارد و اهل داکوتای جنوبی در آمریکا است. او به دلیل غده‌ای که پشت گردنش درآمده بود، سالها فقط لباس کلاهدار بر تن می کرد تا آن را مخفی کند. اما وقتی اندازه آن بیش از تصورش بزرگ شد مجبور شد از یک پزشک کمک بگیرد. او سعی می کرد با پوشیدن لباسهای گشاد آن را پنهان کند اما در نهایت بعد از سه سال تسلیم شد. ظاهراً او اضطراب فراوانی هم برای این مشکلش داشته و اعتراف کرد که باید زودتر اقدام می کرده است. اولین جمله‌ای که به پزشکش گفت این بود: "بالاخره اینجام!". توده‌ای کوچک که در ابتدا اهمیتی برایش نداشت، روز به روز بزرگتر و البته سرعت رشد آن هم بیشتر شد. کار به جایی رسید که نمی‌توانست گردنش را به راحتی حرکت دهد و دردی را در گردنش احساس می کرد. وزن تقریبی این توده به ۳ کیلوگرم رسیده بود! او همواره از این می‌ترسید که این غده به اندازه‌ای رشد کند که دیگر نتواند آن را جراحی کند. پزشک او دکتر "**ساندرا لی**" گفت: "وقتی بیمارانی را می‌بینم که غده‌های بزرگی دارند همیشه نگرانم می کند، چون نمی‌دانم آیا می‌توانم چنین موردی را در مطبم درمان کنم یا نه. اینکه غده‌ای به این بزرگی تنها در سه سال شکل گرفته بسیار مشکوک است". خوشبختانه بعد از انجام آزمایش مشخص شد که این توده، سرطانی نیست بلکه فقط یک توده چربی بی‌خطر است. حتی لازم نشد تا ملیسا را بیهوش کنند و جراحی فقط با یک بی‌حسی موضعی انجام شد. ملیسا اکنون می‌تواند لباسهای دلخواهش را بپوشد.

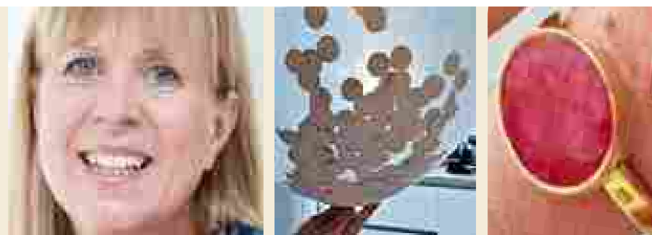


بلندترین ناخن جهان



مردی که بلندترین ناخنهای جهان را داشت بالاخره آنها را کوتاه کرد. آقای "**شریدهار چیلال**" اهل هند است و به دلیل داشتن بلندترین ناخنهای جهان شهرت یافت. طول مجموع ناخنهای دستان او ۹ متر و ۹ سانتی متر بود. این مرد ۸۲ ساله به مدت ۶۶ سال ناخنهای خود را کوتاه نکرد. بلندترین ناخن انگشتانش مربوط به انگشت شست او بود که ۱۹۸ سانتی متر طول داشت. در سال ۱۹۵۲، یکی از معلمانش او را به دلیل شوخی و صحبت با همکلاسی‌اش توبیخ کرد و او خیلی تصادفی باعث شکستن یکی از ناخنهای معلمش شد. معلم او که یک خانم بود به او گفته بود که آقای چیلال نمی‌داند چقدر نگهداری از ناخنهای بلند سخت است. او هم که دانش آموزی بیش نبود، این حرف معلمش را به عنوان یک چالش در نظر گرفت تا خلاف نظر معلمش را ثابت کند. او تصمیم گرفت تمام عمرش را صرف نگهداری از ناخنهایش کند. آقای چیلال گفت: "نمی دانم معلمم اکنون زنده است یا نه. اما می‌خواهم بگویم آنچه که مرا برایش توبیخ کرد، به عنوان یک چالش در نظر گرفتم و امروز آن را با موفقیت به پایان رساندم". خداحافظی با این ناخنها برای آقای چیلال راحت نبود، اما وقتی فهمید قرار است آنها را برای همیشه در موزه‌ای در نیویورک نگهداری کنند و همیشه در آن به نمایش گذاشته شود، کمی آسوده‌تر شد و راضی شد آنها را بچینند. طول بلند و وزن ناخنها باعث شد که آقای چیلال نتواند انگشتان دست چپش را تکان دهد و به همین دلیل بعد از مدتی عملکرد خود را از دست دادند و در همان حالت خشک شدند. آقای چیلال ازدواج کرده و صاحب دو فرزند و سه نوه است.





فرار کادوی تولد

زنی برای تولد دختر خاله‌اش تصمیم گرفت یک کادوی مخصوص تهیه کند و هنوز دنبال آن می‌گردد! خانم **ویکی راتر** تصمیم گرفت برای این کادو از بسته بندیهای تکراری فاصله بگیرد و یک کادوی غافلگیرانه برای دختر خاله‌اش بفرستد. اما نقشه‌اش آنطور که می‌خواست از آب درنیامد. او یک انگشتر یاقوت زیبا به قیمت ۱۲۰ پوند برای کادوی تولد خریداری کرد و به جای اینکه آن را در یک جعبه یا پاکت بگذارد، تصمیم گرفت از یک بادکنک هلیم استفاده کند. این زن ۴۷ ساله انگشتر را درون بادکنک انداخت و سپس آن را با هلیم پر کرد. او فقط چند لحظه آن را رها کرد تا جسمی برای بستن به نخ بادکنک بیاورد تا کمی آن را سنگین کند، اما همین چند ثانیه کافی بود تا بادکنک از اتاق کارش خارج شود و از پنجره‌ای در باغ به بیرون و به سمت آسمان پرواز کند! با پرواز بادکنک، تمام نقشه‌های خانم راتر هم همراهش رفتند. او گفت: "اصلاً متوجه نمی‌شوم. فقط حدود ۳۰ ثانیه آن را در اتاق گذاشتم. هیچ باد یا نسیمی هم نبود. چطور توانسته از گوشه اتاق عبور کند و به اتاق کار برود و سپس دقیقاً از در پشتی خارج شود و بدون اینکه به نرده‌ها برخورد کند و بتر کد و یا حتی یکی از شیشه‌های حبوبات مرا بشکند، از پنجره خارج شده باشد؟". البته باید کمی به خانم راتر حق داد. چون این بادکنک هلیم مذکور ۹۲ سانتی متر قطر داشت. اما به هر حال اکنون دست هیچ کس به آن نمی‌رسد و خانم راتر قصد دارد هر طور شده آن انگشتر را پس بگیرد. او تمام مناطق اطراف را هم گشت. او گفت: "در تمام خانه های اطراف را زدم. همه مشغول تماشای مسابقات فوتبال جام جهانی بودند، با این حال برخورد خوبی داشتند. متاسفانه هنوز اثری از آن نیست".

کتابهای سمی

معمولاً همیشه از کتاب به عنوان بهترین و سالمترین دوست انسان یاد می‌شود که به او درس زندگی، نکات مفید و مطالب خواندنی ارائه می کند. اما اخیراً چند کتاب سمّی در کتابخانه دانشگاه جنوب دانمارک یافت شده‌اند که جان خوانندگان را می گیرند! بررسیهای انجام شده نشان داد که ۳ جلد کتاب نایاب متعلق به قرون ۱۶ و ۱۷ میلادی که در این کتابخانه نگهداری می‌شوند به سمّی کشنده و مهلک آغشته هستند. آزمایشات انجام شده حاکی از وجود مقادیر زیادی از آرسنیک روی این کتابها بود. عده‌ای از محققان برای بررسی نوشته‌های قدیمی و اصل که به زبان لاتین نوشته شده بودند به این کتابها مراجعه کردند. اما یک رنگ سبز غلیظ نوشته‌ها و دستورالعملها را پوشانده بود و نوشته‌ها به سختی خوانده می‌شدند. بررسی این رنگ سبز نشان داد که در واقع این ماده آرسنیک است، یکی از خطرناکترین و سمّی‌ترین مواد در جهان! بعد از روشن شدن این موضوع، مسئولین کتابخانه به کاربران اعلام کردند که تا اطلاع ثانوی از کتابهای قدیمی استفاده نکنند. تیم چند نفره‌ای از کارکنان با رعایت نکات ایمنی و پوشیدن دستکش، در کتابهای قدیمی جستجو کردند تا کتابهای مشابه دیگری را هم که ممکن است به آرسنیک آغشته شده باشند پیدا کنند. به گفته یکی از کارشناسان تیم محققان، این احتمال وجود دارد که در زمانهای قدیم به منظور نگهداری از کتابها در برابر آسیبهای مختلف از جمله پوسیدگی و خوردگی توسط حشرات آنها را به مواد سمّی آغشته می کردند تا از گزند حشرات در امان بمانند.



بفرمایید استراحت کنید



کاناپه‌ای که در کنار یکی از جاده‌های فلوریدا رها شده بود، اکنون شهرتی جهانی پیدا کرده است. این کاناپه تک و تنها کنار جاده در نزدیکی یک اغذیه فروشی رها شده بود تا اینکه کم کم توجه مردم منطقه به آن جلب شد. ساکنان منطقه در اقدامی خود جوش شروع به آوردن وسایل مختلف و قرار دادن آنها در اطراف مبل کردند. این وسایل شامل فرش، میز جلو مبلی، پرده، گلدان و چند وسیله دیگر است که همگی در کنار هم یک اتاق را تشکیل می‌دهند. در واقع آنها ساخت یک اتاق را از یک کاناپه تک و تنها شروع کردند. بعدها تعدادی کتابخانه و کتاب، صندلی راحتی و چراغ هم به آن اضافه شد تا افراد بتوانند هنگام شب هم از آن دیدن کنند. این کاناپه که دیگر تک و تنها نیست، به محل تجمع جوانان، گردهمایی‌های دوستانه، بازیهای دسته جمعی، جلسات کتابخوانی، نقل داستانهای محلی و حتی مشورت و درددل کردن افراد با یکدیگر تبدیل شده است. حتی عده‌ای که برای دیدن این کاناپه و چند دقیقه استراحت روی آن می‌آیند، غذاهای کنسروی همراه خود می‌آورند و در قفسه کنار آن قرار می‌دهند تا افراد دیگر هم از آن استفاده کنند. این مبل خیلی سریع با **هشتگ #کاناپه** در شبکه‌های اجتماعی معروف شد و مسئولین منطقه فعلاً قصد جابجایی آن را ندارند.



اندیشمند به دنبال پیدا کردن راهی برای بهبود زندگی است

● جان لوبلد

خوابگزار: مصطفی گلیاری
sooshtraa@yahoo.com

لطفاً خوابهای خود را پیامک کنید یا با تلگرام و واتساپ بفرستید ۰۹۳۶۶۴۰۱۹۴۹



همه اسامی مستعار است و اگر مشخصاتی که برای بینندگان خواب می‌نویسم، مانند مشخصات فرد دیگری بود، تصادفی است. اگر کسی می‌خواهد خوابش چاپ نشود، حتماً تأکید کند که چاپ نشود! و دوستانی که برای تعبیر خواب خود تلفن می‌کنند، لطفاً فقط یکشنبه‌ها بین ساعت ۱۵ تا ۱۷ (سه تا پنج عصر) با شماره ۲۹۹۹۳۳۳۴ تماس بگیرند و خواهش می‌کنم شماره‌های دیگر مجله را اشغال نکنند. در ضمن خواب خود را قبل از این که برایتان تعبیرش کنم، برای کسی تعریف نکنید زیرا شاید در خواب شما رازهایی باشد که وقتی که تعبیرش را نوشتم، کسانی که خواب را از خودتان شنیده باشند، خواهند فهمید آن رازها مال شماست و خوشتان نیاید.

ولی حوض سیراب نشد

سودابه نارونی، ۱۹ ساله، مجرد، کنکوری، شهری کوچک

خواب دیدم در حیاط خانه ما حوضی بود که کمی گندیده بود. لاشه ماهی گندیده‌ای هم بود. مادرم شیلنگ دستم داد و گفت به حوض آب بده. گفتم ولی این حوض ماهی ندارد. گفت اشکالی ندارد تو آب بده. بعد رفت آب را باز کرد. حوض را آب‌پاشی کردم. دیدم ماهی‌هایش زیاد شدند و مثل دلفین از آب بالا می‌پرند و با خوشحالی بازی می‌کنند. تعدادشان داشت زیاد تر می‌شد. بعد گنجشکها آمدند توی آب و با ماهی‌ها بازی کردند. از آب‌پاشی من خوشحال بودند. من هم حس خوبی داشتم. بعد مرغ و خروسها آمدند و توی آب بازی کردند. خروسها خیلی خوشگل بودند. چند تا خروس نسبتاًبزرگ سمت من آمدند(در بیداری کمی از خروس می‌ترسم.") ترسیدم و روی آنها آب پاشیدم. از مامانم کمک خواستم. آمد و گفت دیگه کافیه. منظورش آب‌پاشی بود. شیر آب را بست ولی حوض پر نشد.

تعبیر:

خواب شما دارد می‌گوید برای کنکور زیاد استرس داشته‌اید و به دلیل فشارهای خانواده هم که در این خواب مادر نماد آن است، فرصتی برای استراحت و آرامش و تفریح نداشته‌اید. بخش تفریح‌طلب شما احساس تشنگی می‌کند. آن حوض راکد نماد نداشتن ارتباط با بیرون از درس و بیرون از خانه است. آب راکد مانده و خراب شده. مادر می‌گوید به حوض آب بده. حوض نماد تفریحات شماست. شما آب‌پاشی می‌کنید که نماد بازی و تفریح و نیازی است که به آن دارید. دلفین و گنجشک نماد شادی است که با همان آب‌پاشی و تفریح شما، نمایان می‌شوند. مرغ و خروس نماد تفریحاتی است که خط قرمز دارند. ترس از خروس هم نماد همین موضوع است. حمله خروسهای بزرگتر و دفاع شما با آب‌پاشی، نماد ترس و هیجان شماست. در این مرحله مادر می‌گوید آب‌پاشی دیگر بس است و شیر آب را می‌بندند. این هم یعنی مادر تا جای مشخصی به شما اجازه می‌دهد سرگرمی داشته باشید. او تا خط قرمز را می‌بیند، شیر آب را می‌بندد در حالی که حوض که نماد تفریحات شماست، پر نشده. یعنی بخش نیازهای تفریحی شما سیراب نشده. که البته هیچ اشکالی ندارد چون شغل شما فعلاً دانشجویی است که در کنار درس یک حوض کوچولو هم برای تفریح کنارش دارد. خواب دیگری هم فرستاده بودید که تعبیرش می‌ماند برای بعد. آن خواب هم کلاً نماد نگرانی‌ها و استرسهای درسی و زندگی شماست.

کاش اینها خواب باشد!

زهرا ضیایی، ۳۲ ساله، متأهل، خانه‌دار، کرمانشاه

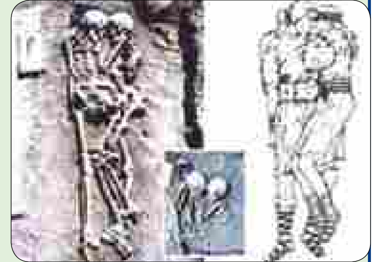
من خیلی خواب می‌بینم. دیشب دیدم در اتاق دختر ۹ ساله‌ام خوابیده بودم. آنجا پنجره‌ای به کوچه دارد. دیدم یک بیل مکانیکی می‌خواهد اتاق را خراب کند. دویدم طرف اتاق خواب که شوهرم آنجا خوابیده بود. نمی‌توانستم نفس بکشم و می‌خواستم شوهرم این حالتم را ببیند و بفهمد خیلی ترسیده‌ام. بیدارش کردم و گفتم نگذار داین کار را بکنند. دویدسمت آشپزخانه که بالکنی به کوچه دارد. انگار آنها متوجه شده بودند که نباید اتاق را تخریب کنند و می‌خواستند بالکن را خراب کنند. به شوهرم گفتم یک عالمه اسباب در بالکن داریم که همه‌شان خراب می‌شوند اما خودم متوجه بودم که جز چند تا صندلی و یک پتو چیزی در بالکن نیست. شوهرم رفت روی بالکن و همان لحظه بیل آمد و بالکن را خراب کرد. شوهرم با آوارها سقوط کرد. پایین را نگاه کردم و گفتم وای یعنی بابام مرد؟ و به این فکر می‌کردم که قرار است شوهرم را چطوری از زیر آوار دربیاوریم. آقای ناشناسی کنارم بود. دخترم را دادم بغلش گفتم مواظبش باش تا ببینم چه کار می‌توانم بکنم. بعد دیدم دخترم با اضطراب و ناراحت کنارم بود. بغلش کردم و آمدیم تو. به خودم می‌گفتم کاش همه اینها خواب باشد. کاش الان دراز بکشم و دوباره بیدار شوم. ولی خواب نیست. بلند شدم و به ۱۱۵ زنگ زدم تا بیایند و نجاتش بدهند... بعد بیدار شدم.

تعبیر:

همه خیلی خواب می‌بینند اما یادشان نمی‌ماند. این خواب دارد شرایط و شخصیت و مشکلات شما را بیان می‌کند. در خواب شما در اتاق دخترتان خوابیده بودید و شوهرتان در اتاقی دیگر که نماد سردی روابط است. بیل مکانیکی نماد نگرانی‌های شما برای دخترتان و آن پنجره هم نماد ورود مسائل نگران‌کننده است. شما می‌توانستید خودتان به راننده بگویید توقف کن ولی چون می‌خواهید شوهرتان ناراحتی و نگرانی شما را ببیند، این کار را نمی‌کنید و سمت اتاق خواب شوهرتان می‌روید. این هم یعنی معتقدید شوهرتان شما را درک نمی‌کند و به شما توجهی ندارد. شوهر سمت بالکن می‌رود. راننده فهمیده نباید اتاق را خراب کند. و این یعنی برای مشکلات بیشتر از اندازه خودشان نگران می‌شوید. وسایل توی بالکن نماد این است که مجبورید دروغهایی بگویید تا شوهرتان به حرف شما توجه کند. تخریب بالکن و دفن شدن شوهر در آوار نماد حس انتقامی است که نسبت به رفتار همسرتان دارید. گمان کنم شوهر شما رفتار والد منتقد دارد و یادآور رفتار پدرتان با شماست. آن آقای ناشناس... این تیکه را ول می‌کنم. دختر ۹ ساله را بغل کردید. چرا؟ آیا زیاد برایش نگرانید؟ آیا فکر می‌کنید از شما ناراحت است و برای دلجویی بغلش می‌کنید؟ بعد از این حوادث، حس انتقام در شما التیام پیدا می‌کند و تخلیه می‌شوید و می‌گویید کاش خواب باشد اما خواب نیست! و این هم یعنی با همسرتان مشکلاتی دارید. پیشنهاد می‌کنم با همسرتان پیش مشاور بروید تا یادتان بدهد چطور زندگی کنید و چطور از زندگی خانوادگی لذت ببرید.

علی ملکی

عاشقانه‌ترین فسیل



باستان شناسان اوکراینی موفق به کشف یک فسیل ۳ هزار ساله در روستای کوچکی در غرب اوکراین شدند.

بر اساس این گزارش، این فسیل متعلق به اسکلت یک زن و مرد است که در آغوش یکدیگر جان باخته‌اند.

"پروفسو میکولا" در این باره گفت: اسکلت متعلق به یک زوج میانسال است که با گذشت ۳ هزار سال به همان حالت باقی مانده و به نظر می‌رسد با مشاهده این اسکلت و قرار گرفتن در کنار هم، زن بعد از مرگ شوهرش خودکشی کرده و در کنار او به خواب ابدی فرو رفته است.

ماجرای گرفتار شدن یک مسافرکش

راننده مسافربری که در یک ماجرای عجیب باعث مرگ مردی ثروتمند شده بود، بازداشت شد.



چندی پیش جوان ۲۸ ساله‌ای در شعبه ششم دادسرای جنایی حاضر شد و گفت: من تولیدی مبل داشتم، اما ورشکسته شدم و سه سال می‌شود که مسافرکشی می‌کنم. مادرم سرطان دارد و مسئولیتهای زندگی روی دوش من است. ساعت ۱۲ ظهر بود که در حوالی شهرک غرب تهران زن جوانی که پسری ۸ ساله به همراه داشت از من خواست در بست او را به جایی برسانم. به شهرک غرب رفتیم و وارد یکی از خیابانها که شدیم از من خواست نگه دارم و گفت، اینجا منتظر بمانیم چون می‌خواهد نظاره‌گر صحنه‌ای باشد. وقتی این حرف را شنیدم به او گفتم خانم من دنبال دردسر نیستم از ماشینم پیاده شوید، اما او گفت خیالت راحت دردسری در کار نیست و قبول کردم و نیم ساعتی ماندیم. در این مدت مدام زن جوان با تلفن صحبت می‌کرد و از حرفهایش فهمیدم که حکم جلب شوهر ثروتمندش را گرفته است.

بعد هم از من خواست حرکت کنیم، اما قبل از رسیدن به انتهای خیابان که مردم جمع بودند، یکی از کسانی که در میان جمعیت ایستاده بود زن جوان را دید و شروع به داد و فریاد کرد و زن جوان گفت: شوهرم است زود فرار کن، اما همان مرد یعنی شوهرش با چهار نفر دیگر با خودرو تعقیبمان کردند و زن جوان خواست او را به کلانتری برسانم و من هم او را جلوی کلانتری پیاده کردم و رفتم، اما همان مردها مرا تعقیب کردند و از ترس وارد یک کوچه بن بست شدم و وقتی می‌خواستم دور بزنم شوهرش خودش را انداخت روی ماشینم و برف پاک کن را گرفت و از این حرکت ترسیدم و کنترل ماشین را از دست دادم و ماشین به دیوار خورد و بعد هم سه نفر دیگر تا توانستند کتکم زدند و مرا به کلانتری بردند و بعد فهمیدم مرد ثروتمند دچار خونریزی مغزی شده و مرده است. بازپرس شعبه ششم دادسرای امور جنایی تهران پس از شنیدن اظهارات مرد مسافرکش، دستور داد تا او را به اداره آگاهی انتقال دهند تا تحقیقات بیشتر در این رابطه صورت گیرد.

شگرد عجیب برای ازدواج



دختر روانشناس وقتی با پاسخ منفی خواستگارش روبرو شد، برای انتقامگیری از او نقشه عجیبی طراحی کرد.

چندی پیش خانم روانشناسی با ارائه شکایتی به پلیس گفت: مدتی بود در اینستاگرام با دختر جوانی به نام فتانه که مزون لباس داشت آشنا شدم و شروع به چت در اینستاگرام کردم و مدتی از این آشنایی گذشت و رابطه ما صمیمی شد و زمانی که فتانه متوجه شد من روانشناس هستم و در کلینیک کار می‌کنم از من خواست تا با برادرش ازدواج کنم. از آنجایی که به نظر می‌رسید خانواده خوبی باشند به پیشنهادش جواب مثبت دادم، تا اینکه فتانه و برادرش چند روز قبل به خواستگاری‌ام آمدند. برای آنها شربت آوردم. در این میان فتانه از من یک لیوان آب سرد خواست و من برای آوردن لیوان آب به آشپزخانه رفتم و بعد از چند لحظه برگشتم و وقتی شربتی را که برای خودم هم آورده بودم خوردم از هوش رفتم وقتی به هوش آمدم متوجه شدم ۷۰ میلیون تومان و یک چک ۵۰ میلیونی و چند سکه طلا در گاوصندوقم به سرقت رفته است. با شکایت دکتر روانشناس تحقیقات آغاز شد، تا اینکه فتانه و برادرش شناسایی و دستگیر شدند و آنها در بازجویی‌ها منکر سرقت شدند و اعلام کردند: ما برای خواستگاری از خانم دکتر که به نظر دختر خوبی است رفتیم، اما پس از مدتی برادرم با تحقیقاتی که به عمل آورد متوجه شد که او ۴۷ سال دارد و خیلی بزرگتر از برادرم هست. ووضع مالی خوبی هم ندارد و خانه‌ای که در آن زندگی می‌کند هم متعلق به یکی از دوستانش است و وی یک دختر شهرستانی است بنابراین با توجه به دروغهایی که به ما گفت، برادرم از ازدواج با او منصرف شد و حال مدتی است که از او خبر نداریم و ما هیچ دزدی از او نکردیم و فکر می‌کنیم او به عمد چنین سناریوی دروغینی برای ما درست کرده است.

پس از اظهارات فتانه و برادرش، پلیس از دکتر روانشناس خواست حقیقت را بیان کند و او گفت: من می‌خواستم از آنها انتقام بگیرم و زمانی که برادرش از ازدواج با من منصرف شد، کینه او را به دل گرفتم، چرا که از وی خوشم آمده بود و می‌خواستم با این شکایت، او را وادار به ازدواج کنم.

با اعترافات این زن پرونده برای تحقیقات بیشتر در اختیار پلیس قرار گرفت و وی روانه بازداشتگاه شد.

آنکه یوزش نمی داند چیست، مناسب دوستی نیست

● ارسطو

نقاشی از دنیای پس از مرگ

بازیگر ۶۰ ساله انگلیسی که برای ۱۰ دقیقه مرده بود، پس از زنده شدن تصاویری را که در این تجربه مرگ کوتاه دیده بود، نقاشی کرد.

این مرد که یک بازیگر تئاتر است و بارها نقش شکسپیر را بازی کرده و در انگلیس از او به نیکی یاد می‌کنند گفت: بیمار بودم و حال خوشی نداشتم تا اینکه به بیمارستان مراجعه کردم و در جریان عمل جراحی ناگهان روح از بدنم خارج شد و جان سپردم و پزشکان هم مرگ مرا تایید کردند، اما پس از چند دقیقه به شکل معجزه آسایی، دوباره به زندگی بازگشتم!



او ادامه داد: به گفته پزشکان حاضر در اتاق عمل، به مغزم اکسیژن کافی نمی‌رسید، اما خوشبختانه مجددا زنده شدم و پس از بازگشت از مرگ تصمیم گرفتم تجربه دنیای پس از مرگم را در قالب نقاشیهایم نشان دهم، دنیای سبز و سبز و طلوع آفتابی را!

پلکهای محجوب لادن و انفجارش



مصطفی گلیاری

لادن حالش خوب نیست. او را دیشب به بیمارستان بردند. می‌گفتند باز قاتی کرده و با یک مشت قرص به اتاقی رفته و در را قفل کرده. جیغ می‌کشیده که "ولم کنید! دست از سرم بردارید. راحتم بگذارید. به روح مادرم اگر ولم نکنید، خودم را می‌کشم..." شوهرش حشمت به صادق برادر لادن زنگ زد که لادن باز هم قاتی کرده. صادق سینه‌اش را صاف کرد و گفت: "حق داری. من هم جای تو بودم، تحمل نمی‌کردم." حشمت هم سر غر زدنش باز شد: "بلایی سر مان آورده که مپرس! روزگارمان سیاه شده از دستش. یک روز حالش خوب است، یک روز قاتی می‌کند. به خدا اگر به‌خاطر بچه‌ها نبود، طلاقش می‌دادم. آخر این هم شد زندگی؟"

صادق دوبار سینه‌اش را صاف کرد و گفت: "شما نگران نباش. خودم باهاش حرف می‌زنم."

لادن قبلاً حالش خوب بود. وقتی که دختری دبیرستانی بود، در راه مدرسه از دیدن یک قاصدک یا دو دم‌جنبانک شاد می‌شد. عکسهای آن دورانش می‌گویند دختر خوشگل و خوش قد و بالایی بوده. حالا؟ عکسهایش می‌گویند اگر بالای صد کیلو نباشد، پایین‌تر هم نیست. او دفتر آشپزی و شیرینی‌پزی مادرش را با خود به خانه شوهر برده بود. حشمت اینها خانواده‌ای پر جمعیت و خیلی پر رفت‌وآمد داشتند. شش پسر و چهار دختر که همگی ازدواج کرده بودند. خاله‌ها و عمه‌ها و دایی‌ها و عموهای زیادی هم داشتند. لادن خجالتی بود. مادرش به او خیلی سخت می‌گرفت. اعتماد به‌نفسش پایین بود. سر هر حرفی بهش برمی‌خورد و اخم می‌کرد. وقتی می‌پرسیدند "لادن جان چته؟ طوری شده؟"، لبخند میزد و نگاهش را پایین می‌انداخت و می‌گفت: "یهو سرم درد گرفت. خودش خوب میشه..." و مشغول جمع کردن پیشدستی‌ها میشد تا ببرد بشوید. خواهر شوهرش دستش را می‌گرفت و می‌گفت: "به خدا اگه بذارم... سرت درد می‌کنه. برو یه خورده دراز بکش. از وقتی که اومدی، یکریز داری کار می‌کنی." مادر شوهرش هم می‌گفت: "مثلاً اومدی مهمونی. چرا یه خورده نمی‌شینی ببینیمت؟" لادن دست خواهر شوهر را کنار می‌زد. لبخند می‌زد. پلکش را پایین می‌آورد و می‌گفت: "من خودم دوست دارم کار کنم. بیکار که بشینم، سردردم بیشتر میشه."

این اتفاق در همه مهمانی‌ها می‌افتاد و همه می‌دانستند سردرد بهانه است و لابد کسی چیزی گفته و به او برخورده. با خودشان پچ‌پچ می‌کردند تا حواسشان باشد و چیزی نگویند که عروس زیبایشان ناراحت شود. و باز خواستند جلویش را بگیرند تا ظرفها را نشوید. لادن سردرد را بهانه کرد. گفتند فایده ندارد، باید برو روی مبل بنشینی. نگاه لادن گرد شد و بیرون زد. پرّه‌های دماغش باز شد. لبش لرزید و نازک شد و گفت: "مگه تمیز نمی‌شورم؟ حتی به استکانی که یه‌بار مصرف شده، وایتکس می‌زنم ولی دیدم خودتون فقط آب می‌کشین... مگه بد می‌شورم که میگین برو روی مبل بشین؟ مگه فیس و افاده داشتم که بهم مبل تعارف می‌کنین؟ مگه من مثل فریده(جاری او) هستم که هی بگم وای کمرم و روی مبل ولو شم؟ من از سردرد هم که بمیرم، کارم رو می‌کنم..."

اما لادن همه اینها را در دلش گفت و زود لبخند زد و نگاهش را پایین آورد و گفت:

"به روح مادرم اگه بذارم کسی ظرف بشوره."

حشمت وقتی می‌دید زنش مطیع و نگاهش پایین و فعال است، پیش مادرش اینها احساس سربلندی می‌کرد. و البته در مهمانی‌ها دورش خیلی شلوغ بود چون یکی از پایه‌های اصلی تخته‌نرد بود برای همین زیاد متوجه نبود که لادن چه می‌کند و حالش چطور است. لادن بعد از مهمانی‌ها به اخمش ادامه میداد. حشمت می‌پرسید: "طوری شده؟" لادن با لبخند می‌گفت: "سرم درد می‌کنه."

جور دیگر: برادر لادن با حرفی که به حشمت زد، به زغالهای منقل خشم حشمت فوت و آتش را فروزان کرد. حشمت هم که دید برادر لادن وارد تیم او شده، بُل گرفت و لادن را زیر تیغ انتقاد گرفت. آخرش هم گفت زنش را فقط به‌خاطر بچه‌هایش تحمل می‌کند. حشمت به صادق زنگ نزده بود که بیا روی آتشم بنزین بریز. ولی صادق که یاد نگرفته بود جور دیگر ببیند، بنزین ریخت. مادر لادن با او سختگیر بوده پس نتیجه می‌گیریم که خواسته‌هایش را سرکوب و نطقش را هم کور کرده‌اند. او ترسو و محافظه‌کار بار آمده و خجالتی شده چون نمی‌دانسته چطور رفتار کند تا از او نرنجند. وقتی که در خانه مادرش بود، مثل گیجها بود چون نمی‌دانست فلان کار را بکند یا نکند؟ آیا مادرش موافق است یا دعوایش می‌کند؟ مادرش اهل رفت‌وآمد نبود، لادن هم منزوی شده بود. و حالا که خانه‌ای دارد که مثل مسافرخانه مهمان می‌آید و می‌رود، بلد نبود ارتباط بگیرد و در جمع بنشیند. برای خودش این چاره را گرفته بود که ظرف بشوید. و حتماً وقتی که به کاری مشغول بود، گوشهایش خوب کار می‌کرد و حرفهای مهمانها را هم می‌شنید. او حرفهای نگفته‌اش را وقت کار کردن در ذهنش به زبان می‌آورد. اگر شما جای او بودید، از همان روزهای اول خود را درست معرفی می‌کردید نه مثل لادن که خود را غلط معرفی می‌کرد و می‌گفت: "من در مهمانی‌ها از کار کردن خوشم می‌آید." کسی که خودش را اینطور معرفی می‌کند، در مهمانی‌ها از او انتظار دارند کار کند. جاری او خودش را طور دیگری معرفی کرده و در مهمانی‌ها کار نمی‌کند. پس انتظار دارند روی مبل بنشیند. اگر لادن از تربیت‌شدگان جور دیگر بود، وقتی که می‌گفتند تو نشور، می‌گفت مرسی و نمی‌شست اما چون در ناجوری دیگر رشد کرده بود، وقتی می‌گفتند نشور، ذهن‌خوانی و قضاوت می‌کرد: "پس لابد بد می‌شورم که میگن نشور... پس لابد فکر می‌کنن تنبلم که میگن بشین رو مبل..."

لادن که عروس جدید است، خود به‌خود مرکز توجه است. در جور دیگر از این موقعیت سود می‌برد و با ایجاد ارتباط و صمیمیت، خودش را در چشم آنها جا می‌کند. لادنِ خجالتی می‌تواند با کمی تمرین و پشتکار بااعتماد به‌نفس شود بنابراین امروز کارش به آن اتاق و آن یک مشت قرص نمی‌کشید. نوعروس‌های جزیره جور دیگر هوشیار و باسیاست هستند و خودشان را از همان روز اول در دل خاندان شوهر مخصوصاً مؤنّثهایش جا می‌کنند. کار آسانی هم هست: نگرفتن عیبهای آنها و تحسین کردن حُسنهایشان. آدمها دوست دارند از آنها تعریف کنیم و سرزنشی هم در رفتار و گفتارمان نباشد. وقتی با آنها اینطور باشیم، آنها هم معمولاً جوابی درخور می‌دهند و رفتارشان بازتاب رفتار ماست. در این حالت شمشیرها غلاف می‌شوند و سپرها را می‌اندازند و مرحله دوستی آغاز می‌شود...

برویم نظری به لادن بیندازیم و ببینیم آیا هنوز دارد قورت می‌دهد و سوپاپش گیر کرده؟

زلزله‌ای در اعصاب: روزی لادن و دو پسر خردسالش پس از ناهار در اتاقی دراز کشیده بودند. یکهو زمین لرزید. او که آن روزها زیاد از زلزله شنیده بود، جیغ کشید و بچه‌ها را بغل کرد و سمت در دوید. زلزله چارچوب در را کج کرده بود و باز نمی‌شد. لادن جیغ می‌کشید. بچه‌ها ترسیده بودند و گام به گام و اکتاو به اکتاو در جیغ زدن با او همراهی می‌کردند و لادن بیشتر می‌ترسید. برای او سه ساعت گذشت اما ده ثانیه طول نکشید که لگد نیرومند حشمت در را خراب کرد و آنها را بیرون آورد. لادن تشنج گرفت و در حالی که به‌هوش بود از هوش رفت! او را پیش چند دکتر بردند. افاقه نکرد. راهی تهران شدند و دکتری که متخصص کودکان بود، برایش چند آمپول ویتامین سی و

کلسیم تجویز کرد و به لادن گفت اینها داروهای قوی اعصاب هستند. و توصیه کرد تا مدتی فقط ترانه شاد بشنود، به جاهای دلگیر و محزون نرود و رنگهای شاد بپوشد. لادن با همان نسخه خوب شد. مدتی اعصابش آرام بود تا اینکه یکی از اقوام دور شوهرش فوت کرد. مادر حشمت سفارش کرد لادن به مراسم نیاید. حشمت هم به او گفت: "مادرم گفته چون اعصابت خرابه، نیا مراسم." "لادن پلکش را پایین انداخت و دماغش باریک شد و با لبی ورچیده خواست بگوید: "تا حالا تو هر مراسمی که داشتین، دعوت بودم و خدمت کردم، حالا چه خطایی ازم دیدین که میگین نیا؟" اما گفت: "حق دارن بگن نیا. من خل و دیوونه شدم پس صلاح نیست وارد جمع بشم." او روز خاکسپاری جامه‌ای سیاه پوشید و بی‌خبر به گورستان رفت. جلو همه آنقدر توی سر خودش زد و گریه کرد که حوصله همه را سر برد. شوهرش با اشاره مادرش خواست او را بلند کند. لادن مقاومت کرد. حشمت او را محکم کشید و جلو همه گفت: "برو گمشو که تو قبرستونم از دست راحت نیستیم."

لادن در گورستان تشنج گرفت. حشمت نمی‌خواست از او دلجویی کند. مادرشوهرش وساطت کرد تا حشمت راضی شد و او را به درمانگاه برد. در سرم لادن آرامبخش ریختند. وقتی که قطره‌های سرم هنوز ده دقیقه جا داشت، شوهرش او را بیدار کرد و گفت: "لادن دیگه بسه پاشو بریم خونه." خواهرشوهرش گفت: "نه تو رو خدا! بذار تا صبح اینجا باشه." "لادن سرم را از دستش کشید و خودش را از تخت پایین غلتاند و با لبخند گفت: "دیگه خوب شدم. بریم خونه!"

لادن ترسید حشمت طلاقش بدهد. ترسید همه بگویند چه زن بدی است که دائم سرش درد می‌کند و اخموست. از روز بعد تظاهر کرد که زنی شادخوست. به بازار رفت و وسایل و چیزهایی خرید. همه را به آشپزخانه برد و ضمن شنیدن ترانه‌ای شاد، و ضمن نگاه کردن به دفتر آشپزی مادرش، مشغول پختن کیک شد. او در یک ماه به یکی از شیرینی‌پزهای حرفه‌ای تبدیل شد. در آشپزی هم حرفهای زیادی برای گفتن داشت. ته‌چین می‌پخت و آن را با ماست چکیده و زرشک تزئین می‌کرد که می‌گفتی فتوشاپ است. انواع ژله، بستنی، کیک، پای، و شیرینی‌های تر و خشکی که تهیه می‌کرد، در مهمانی‌های فامیلی و دوستان دهن به دهن می‌گذشت و می‌گفتند:

"آفرین آقا حشمت که چه زنی داری! آفرین مادرشوهر که چه عروسی داری! از هر انگشتش یه قابلمه غذا و یه بشقاب کیک می‌ریزه."

در آن سالها لادن خوشحال بود. صبح با این انگیزه بیدار می‌شد که قبل از اینکه شوهرش به اداره و بچه‌هایش به مدرسه بروند، نان تازه پخت کند تا با خامه و مربایی که خودش ساخته بود، نوش جان کنند. آنها هم در خوردن چنان حریص بودند که به لادن تعارف نمی‌کردند که خودت هم بیا نوش جان کن. البته اگر هم تعارف می‌کردند، می‌گفت میل ندارم. سر سفره ناهار و شام هم زیاد نمی‌خورد. قسمتهای خوب غذا را برای شوهر و پسرهایش می‌کشید. اگر پسر بزرگش می‌گفت: "مامان تو هم ران یا سینه بخور"، لادن پلک پایین می‌انداخت و لبخندش را نمایان می‌کرد و می‌گفت "من عاشق گردن و پشت مرغم..." و هر بار یادش می‌آمد مادر سختگیرش هر وقت مرغ داشتند، رانش را به لادن می‌داد و خودش گردن و پشت مرغ می‌خورد.

لادن هنوز به شادی تظاهر می‌کرد ولی ساعتهایی که کسی در خانه نبود، ترانه محزون می‌گذاشت و پیاله پیاله اشک می‌ریخت و کاسه کاسه غصه می‌خورد. شنیده بود افسردگی آدم را چاق می‌کند. و لادن چاق شد. کار کردن برایش خیلی سخت شده بود ولی از بیم اینکه سرزنش نشود، غیرت می‌آورد و کار می‌کرد. او با کسی درددل نمی‌کرد و کسی خبر نداشت که ذهنش چقدر پر گفت‌وگوست. شاید اگر باقلواها و بستنی‌ها و پیتزاها و ته‌چینها زبان داشتند، مثنوی هفتادمنی از غصه‌های لادن را سر شام بیان می‌کردند. او خودخوری را از حد گذرانده بود و هر کس می‌پرسید چطوری؟ لبخندی درخشان میزد و می‌گفت: "خوب! تو دنیا حال کسی به خوبی حال من نیست. چرا حالم خوب نباشه در حالی که شوهری دارم بهتر از دوست. پسرهایی دارم یک از یک شاخ شمشادتر. روحیه‌ای دارم از همه شادتر..."

روزی لادن قابلمه‌ای آب روی گاز گذاشت تا جوش بیاید و پلو آبکش بپزد. روی صندلی آشپزخانه نشست و مجله ورق زد. به صفحه فال ماه رسید. حشمت شهریوری بود. آن را خواند. پسر بزرگش خردادی بود. آن را هم خواند. پسر کوچکش بهمنی بود. مادرشوهرش اسفندی. خواهرشوهرش آبانی. همه را خواند. همین که خواست فال ماه خودش را بخواند، با صدای پسر کوچکش از مجله بیرون آمد: "چرا بیکار نشستی؟ آب جوش اومده. گشنه‌مونه ها!" لادن لبخند نزد. پلکش را بالا آورد. ظرف سالاد روی میز بود. آن را پرت کرد و فریاد کشید خدایا منو بکش! خواست قابلمه را هم پرت کند. پسر کوچکش او را عقب کشید و گفت: "چه کار میکنی دیوونه؟"

مدتی بود که لادن فکر می‌کرد پسرهایش جای پای پدرشان گذاشته‌اند و مثل او توهین می‌کنند. دیروز بود که پسر بزرگش گفته بود: "اگه به‌خاطر دست پختت نبود، یه قرون نمی‌ارزیدی!" پسر کوچکش از خیلی وقت پیش بدزبان شده بود و درشتی می‌کرد. و حالا دیگ صبر لادن ترکیده بود و حس می‌کرد تمام سونامی‌های دریاها و رعد و برقهای آسمانها و گردبادهای زمین در سرش می‌جنبیدند. صندلی آشپزخانه را پرت کرد و فریادکشان و گرازان به اتاقی رفت. کمی بعد بیرون آمد. از جعبه داروها تمام آرامبخش‌ها را برداشت. در یخچال را با فشار باز کرد و بطری آب را برداشت. ظرف ماست سرنگون شد. لادن به اتاق رفت و در را بست. حشمت و پسرهایش این صحنه‌ها را در حیرت نگاه کردند. پسر کوچک به پدرش نگاه کرد. حشمت به در تقّه زد و گفت لادن؟ دوباره تقه زد و صدایش کرد. لادن فریاد کشید: "ولم کنین! دست از سرم بردارین. راحتم بذارین. به روح مادرم اگر ولم نکنین، خودمو می‌کشم..."

جور دیگر: اگر زبانش لال، شما در موقعیت زلزله قرار بگیرید، چه می‌کنید؟ حتماً آن کاری را می‌کنید که در آموزشهای قبلی یاد گرفته‌اید. کسانی که اهل جور دیگرند، از قبل خودشان را برای موقعیتهای گوناگون روحی و امکانات مختلف تجهیز می‌کنند. شما در جور دیگر یاد گرفته‌اید که در بحرانها خونسرد باشید تا خودتان به بحران تبدیل نشوید. لادن در موقعیت بحران قرار گرفت و چون قبلاً آموزش ندیده بود، خودش هم بحرانی شد. او همیشه حس می‌کرد کسی به او توجه نمی‌کند. لادن بحران و بیماری را دوست داشت تا به او توجه (ترحم) کنند. لادن در اظهار بیماری اغراق کرد. داروهای آرامبخش هم روحیه او را خرابتر کرد. آن پزشک کودکان جور دیگر می‌دید و با شیوه تلقین حال لادن را بهتر کرد، اما لادن درمان را ادامه نداد و به گورستان رفت. گریه‌ها و مویه‌های او برای حال خودش و برای جلب حمایت بود. در جوری دیگر اینجوری توجه جلب نمی‌کنیم. مفید و مثبت و آرامش‌بخش هستیم. جنبه بالایی داریم و در مشکلات و مصیبتها هیاهو نمی‌کنیم زیرا می‌دانیم هیاهو مشکلی را حل نمی‌کند، ضمن اینکه جو را جیوه‌ای می‌کند یعنی مضطرب و بی‌قرار.

مردمان جور دیگر خوب می‌دانند کسانی که غر می‌زنند، اخمو هستند، ایراد می‌گیرند و ناله می‌کنند، جذاب نیستند بلکه منفورند پس همیشه گشاده‌روی و متبسّم هستیم. لادن هم فهمیده بود ناله‌ها و اخمهایش دیگران را از او دور می‌کند، خواست خودش را اصلاح کند اما راه را غلط رفت. او فکر کرد اگر به آشپزی پناه ببرد و دستپختش را به فامیل هدیه کند، محبوب می‌شود اما نشد چون فقط او را ستودند. ستایش آنها برای لقمه‌های خوشمزه بود نه برای خودِ لادن. در آشپزخانه جور دیگر، بااینکه همه‌جور چیزی بلدند درست کنند، فقط گاهی به مناسبتی یک چیز توپ سر سفره می‌آورند. تو اگر هر روز میکادو بپزی از میکادوی شیرینی طلا هم بهتر، از قیمت می‌افتد. لادن خودش را به دیگران غلط معرفی می‌کرد. او بارها اعلام کرده بود که عاشق پشت مرغ است. پس در مهمانی‌ها به او پشت مرغ می‌دادند و فکر می‌کردند دارند به او لطف می‌کنند، اما خودش

بقیه در صفحه ۶۵

کسی که می‌ماند و نمی‌پرد به یک راز بزرگ آگاه گشته

● افلاطون

سرگردان در کوی عشق

مصطفی گلیاری



این کار را نامزدم برایم جور کرده بود. در قسمت پذیرش آگهی‌های روزنامه کار می کند. به من زنگ زد و گفت یک آگهی برای چاپ رسیده که چون مورد خوبی است، قبل از اینکه آن را چاپ کنیم، خبرش را به تو می‌دهم. حقوق و شرایطش عالی بود. آدرس را راحت پیدا کردم. خانه‌ای سه‌نبش بود با دیوارهای موزائیکی. آیفون تصویری داشتند. قبل از اینکه زنگ بزنم، صدای زنی پیر پرسید چی می‌خوای؟ دستم را که به طرف آیفون برده بودم، پس کشیدم و گفتم: "سلام. واسه آگهی‌تون اومدم." گفت: "زنگ خرابه. با مشت به در بزن." آهسته چند ضربه زدم. یکهو صدای واق‌واق نیرومند سگ آمد. قلبم ریخت. پشیمان شدم و خواستم برگردم ولی در باز شد. یک نفر که به نظر می‌رسید باغبان یا سرایدار باشد، قلاده سگ را محکم گرفته بود. پرسید: "برای آگهی اومدی؟" گفتم بله. گفت: "ته حیاط از پله‌ها برو بالا." به سگ نگاه کردم. آن را کنار کشید.

حیاطشان خیلی بزرگ بود. چاه و تلمبه برقی هم داشتند. درختها و گیاهانش شاداب بودند اما انگار فقط به آنها آب می‌دادند و ولشان کرده بودند تا خودشان هرطور دوست دارند برگ و بار بیاورند. گیاهان خودروی بین موزاییکهای حیاط بسی زیبا بودند. از پله‌ها بالا رفتم. به دری رسیدم. در زدم. یکی از دور گفت بیا تو. یک پرده کلفت جلو در بود. به آن طرف پرده رفتم. هال بزرگ و نیمه تاریکی دیدم. دور تا دور هال مبلهای قدیمی چیده بودند. گوشه هال دستگاه بخور سرد گذاشته بودند. چند ثانیه ایستادم. گفتم سلام... پیرمردی بالباس سرتاپا سفید نمایان شد. دوستم گفته بود اسمش آقای فرجی است. یک پایش می‌لنگید. پرسید تا حالا پرستار سالمند بودی؟ مدارکم را نشان دادم. غیر از اینکه در خانه‌ها از سالمندان پرستاری کرده بودم، یک سال هم در سرای سالمندان مشغول بودم. به مدارکم نگاه نکرد. گفت: "خانمم پیری زودرس گرفته و خودشو بازنشست کرده. پاهاش از کار افتاده. داروهاش رو هم یادش میره. منم یه سر دارم و هزار سودا و یادم میره بگم قرصاشو بخوره..." کمی مرا برانداز کرد و پرسید: "آشپزی هم می کنی؟ تو آگهی گفته بودم دستپختت باید خوب باشه. ما شبها فقط سوپ و سالاد می‌خوریم. لیست صبحانه و ناهار رو بهت میدم. لازم نیست ظرف و لباس بشوری. کارگر داریم می‌شوره. تو آشپزی کارت زیاد سخت نیست. خودمم دستی بر آتش دارم. بیا بریم زنم مهرانگیز رو نشونت بدم. دم در واستا تا برم خبرش کنم. حتماً باید کلاه گیسشو سرش کنه. ماتیکم باید بزنه. خیلی اهل آدابه."

از داخل اتاق صدایی نمی آمد. آنجا یکجوری بود که مرا می‌ترساند. حس می کردم یک نفر دارد مرا می‌پاید. به اطرافم نگاه کردم. کسی نبود. بعد از ده دقیقه پیرمرد گفت بیا تو. آن اتاق از هال هم تاریکتر بود. بوی سالیسیلات و بخور او کالیپتوس و چربی سر می‌داد. زنش نسبتاً چاق بود. در آن نور کم لبهای سرخش سیاه به‌نظر می‌رسید. گفت: "لامپ رو روشن کن." آقای فرجی با اشاره کلید لامپ را نشانم داد. کلید را زدم. مهرانگیز چند ثانیه پلک بست بعد نگاهم کرد. انگار داشت مرا اسکن می کرد. به شوهرش گفت: "زیادی جوون و بی‌تجربه نیست؟" آقای فرجی نگاهم کرد. بی‌اختیار مقنعه‌ام را مرتب کردم و گفتم: "یه ماه دیگه میرم تو سی و سه سال. تجربه هم زیاد دارم..." و مدارکم را طرفش گرفتم. نگاه نکرد و پرسید: "سوپ تره‌فرنگی رو چطور می‌پزی؟" گفتم: "هرطور که شما دوست داشته باشین." فکر کنم خوشش آمد چون گفت: "نیم ساعت دیگه وقت آمپوله. برو به وقتش بیا."

باغبان کلید بزرگی به من داد و گفت در طبقه دوم اتاقی هست که رویش ضربدر خورده. آنجا اتاق توست. اگر کارت داشتند، زنگ اتاقت صدا می کند. هیچوقت هم بی‌خبر به حیاط نرو. سگمان "هارسکی" خیلی هار و خطرناک است.

جای مرموزی بود اما کارم خیلی کم بود. آشپزی هم طوری بود که یک‌بار من می‌پختم سه بار آقای فرجی. هرگز ندیدم آشپزی کند ولی همیشه غذایش حاضر بود. در وقتهای آزادم که زیاد بود، کتاب می‌خواندم. آنها اتاق مطالعه داشتند که پر از قفسه‌های کتاب بود. شبی کتاب پرکششی دستم بود و بااینکه پاسی از نیمه شب گذشته بود، دلم نمی‌آمد آن را ببندم و بخوابم. خیلی در کتاب فرو رفته بودم. یکهو حس کردم اتاقم زنگ خورد اما شک داشتم که واقعاً صدای زنگ را شنیده بودم یا فقط در خیالم بود. کتاب را روی تخت گذاشتم و آمدم بیرون. ته راهرو کسی را دیدم که به چپ پیچید. من هم به آن طرف رفتم. تا حالا آنجا را ندیده بودم. سمت چپ راهرو به چند پله می‌رسید که بالایش دری بود. تصمیم گرفتم بفهمم او کی بود و آن در به کجا باز می‌شود. می‌ترسیدم اما جلو رفتم. قبل از اینکه به پله‌ها برسم، در برای لحظه‌ای باز شد و نور شدیدی بیرون زد. فکر کنم هاله کسی را دیدم که پشت به نور بود. و فکر کنم باد خیلی سردی هم به من خورد. شتابان برگشتم و درحالی که سعی می کردم دویدنم سرپنجه و بی‌صدا باشد، به اتاقم رفتم. قلبم به حلقم آمده بود و تندتند می‌تپید. جرعه‌ای آب خوردم و قلبم را قورت دادم. وقتی که آرامتر شدم، به خودم گفتم چرا ترسیدم؟ باز و بسته شدن دری در طبقه دوم ترس ندارد. و با خودم قرار گذاشتم شبی دیگر بروم و سر و گوشی آب بدهم.

صبح دیر بیدار شدم ولی خوشبختانه هنوز کسی بیدار نشده بود. زود چای دم کردم و وسایل صبحانه را روی میز چیدم. آقای فرجی سر ساعت هفت آمد پشت میز نشست. سینی صبحانه خانمش را برداشتم و به اتاق او رفتم. وقتی می‌رفتم، باغبان آمد تا با آقا صبحانه بخورد. حس می کردم با هم رابطه مرموزی دارند.

وارد اتاق تاریک مهرانگیز شدم. دیگر با من راحت شده بود و کلاه گیس سرش نمی کرد. ماتیک هم نمی‌زد. برایش لقمه می‌گرفتم و مثل بچه کوچولوها دهانش می‌گذاشتم. به او گفتم: "از تیپ شما معلومه که وقت خودش زیباترین بودین." لقمه را قورت داد و گفت: "زیاد خوشگل نبودم ولی خیلی تو دل‌برو بودم." لقمه دیگری در دهانش گذاشتم. آن را زود قورت داد و گفت: "یه‌بار وقتی فرجی هم اینجا بود، ازش می‌خوام تعریف کنه که از عشق من چه دیوونه بازیهایی درمیاورد. بهم می‌گفت اگه عشقشو قبول نکنم، خودشو تو چاه حلق‌آویز می‌کنه. من خواهر دوقلو داشتم. یک

دقیقه بعد از من دنیا اومد. به فرجی می‌گفتم من اهل ازدواج نیستم، برو از ماندانا خواستگاری کن. سرشو به درخت می‌کوبید و می‌گفت یا تو زنم میشی یا خودم رو حلق آویز می‌کنم. خلاصه اونقدر اصرار کرد تا تسلیم شدم. البته از خدام بود با فرجی عروسی کنم چون خودمم عاشقش بودم ولی دوست داشتم ناز کنم تا اونم نازمو بکشه و اصرار کنه..." لقمه‌ای در دهانش فرو کردم و گفتم: "چه قصه جالبی! و جالبترش اینه که آقای فرجی هنوز شما رو دوست داره." فکر کنم خوشش نیامد چون گفت: "دیگه سیر شدم. برو."

صبحانه خوردن مهرانگیز چهل و پنج دقیقه طول می‌کشید، اما آن روز سر دوازده دقیقه گفت سیر شده. سینی را به آشپزخانه بردم. کسی آنجا نبود. چیزها را سر جایشان گذاشتم و سمت اتاقم رفتم. وسوسه شدم به ته راهرو بروم و سمت چپ بپیچم. قبل از اینکه به آن طرف بروم، باغبان را دیدم که داشت می‌آمد. داخل اتاق خودم شدم. برایم سؤال بود که باغبان چرا به آن طبقه آمده. گوش ایستادم. از جلو اتاقم گذشت. دو دقیقه بعد صدای پای فرجی را شنیدم. او را از لنگی پایش تشخیص می‌دادم. مشکوک شدم ولی یک ساعت بعد که برای تدارک ناهار به آشپزخانه رفته بودم، فرجی به من گفت درِ کبوترخانه خراب بوده و کلاغها چند تا از جوجه‌ها را برده‌اند. و فهمیدم شکی که کرده بودم، بیجا بوده. آقا پرسید: "امروز خانم اشتها نداشت؟" گفتم نه. گفت: "حالا اشتها داره. براش ببر."

اشتهای مهرانگیز باز شده بود. در سکوت خورد و آخرش گفت: "الهی شکر... دارو دارم؟" داروهایش را آوردم. دانه‌دانه خورد و از من تشکر کرد و پرسید: "من کی هستم؟" گفتم: "مهرانگیز خانم." گفت: "فکر کنم آلزایمر گرفتم." پرسیدم: "خودتون رو نمی‌شناسین؟" کلاه گیسش را سرش گذاشت و گفت: "گاهی شک می‌کنم که نکنه توی اون تصادف کشته شده باشم." پرسیدم: "کدوم تصادف؟" ساکت بود. گفتم: "ولی شما زنده هستین." گفت: "شک دارم که خودم باشم... شاید اونی که جسدش پیدا نشد، من بودم." پرسیدم: "پس شما کی هستین؟" گفت: "تو کتابخونه یه آلبوم عکس هست. جلدش خاکستریه. بیارش."

وارد راهرو طبقه بالا شدم. جلو کتابخانه وسوسه شدم به انتهای راهرو بروم، ولی باز هم باغبان را دیدم. گفت: "کبوترخانه بدجور آسیب دیده... خانم چطوره؟" گفتم: "اومدم براشون از کتابخونه چیزی ببرم." گفت: "خانم عاشق اینه که براش کتاب بخونی." و رفت. من هم آلبوم را برداشتم و به اتاق مهرانگیز برگشتم. آلبوم را برایش ورق زدم. عکسهای خودش و خواهرش بود. ماندانا کپی برابر اصل مهرانگیز بود. مدل مو و رنگ لباسهایشان یکی بود. پرسیدم: "نمیشه تشخیص داد. کاملاً به هم شبیه هستین." گفت: "آره... کسی نمی‌فهمید من ماندانا هستم یا مهرانگیزم. گاهی خودمون هم قاتی می‌کردیم و خودمون رو گم می‌کردیم..." روی عکسی توقف کرد. عکس عروسی بود. فرجی و مهرانگیز وسط عکس بودند. دو طرفشان فامیلهای درجه یک و دو بودند. ماندانا نبود. در عکسهای بعدی هم که مال عروسی بود، ماندانا نبود. پرسیدم چرا؟ گفت شب عروسی من ماندانا مریض شده بود... و توضیح دیگری نداد. آلبوم را بست و گفت فشارش را بگیرم. دو و نیم درجه اضافی داشت. گفت برایش شربت آبلیموی شیرین بیاورم.

شربت را روی میز گذاشتم و گفتم: "خانم چرا گریه می‌کنی؟ بمیرم الهی!" اشکش را پاک کردم. گفت: "بعد از عروسی بازم من و مهرانگیز همه رو بازی می‌دادیم..." در حرفش نشستم: "شما و مهرانگیز؟" درنگی طویل کرد و پرسید: "گفتم مهرانگیز؟ باید می‌گفتم ماندانا... مشکل من همینه... مطمئن نیستم توی اون تصادف جسد من گم شد یا جسد خواهرم. حالا نمی‌دونم ماندانا هستم یا مهرانگیز... البته آلزایمر هم دارم. اینو گفتم تا زیاد تعجب نکنی." گفتم: "تعجبش اینجاس که آدم نمی‌تونه خودشو با یکی دیگه اشتباه بگیره." گفت: "اگه تو تصادف سرش ضربه دیده باشه چی؟ داشتیم می‌رفتیم شمال. نوبتی رانندگی می‌کردیم. نوبتی هم یکی جلو می‌نشست یکی عقب. وقتی که فرجی رانندگی می‌کرد و من جلو نشسته بودم، فرجی به ماندانا که صندلی عقب نشسته بود، گفت عاشقتم. گفتم اشتباه گرفتی. من مهرانگیزم. گفت سر به سرم نذار تو ماندانایی. ماندانا هم گفت منم قاتی کردم و نمی‌دونم کی هستم. فرجی گفت من فکر می‌کنم شما دو نفر سرم کلاه می‌ذارین و گاهی خودتون رو جای اون یکی جا می‌زنین. نمی‌دونم من بودم یا ماندانا که گفتیم شتر در خواب بیند پنبه دانه. بعدش دیگه یادم نیست. تصادف کردیم. من و فرجی کمربند ایمنی بسته بودیم. زنده موندیم. من تا ده روز حافظه نداشتم. فرجی هم گذشته رو نصفه نیمه یادش بود. خواهرم از ماشین پرت شده بود بیرون. اونجا یه دره بود که نتونستن جسدشو پیدا کنن... حالا من نمی‌دونم خواهرم هستم یا خودم."

دلم برایش سوخت. خواستم کمکش کنم. گفتم: "چرا باید به خودتون کمک کنین تا از این سرگردانی خلاص شین؟" فکر کنم بدش آمد چون گفت: "دیگه برو خسته‌م کردی." وقتی بیرون آمدم، آقا در آشپزخانه بود. گفت برایش سیر و شیر درست کنم. هفته‌ای یک‌بار این معجون بد بو را می‌خورد و می‌گفت هزار و یک خاصیت دارد. آن را برایش درست کردم. همه را سر کشید و پرسید: "خانم چطور بود؟ براش کتاب برده بودی؟" توضیح دادم آلبوم خواسته بود. لبخند زد: "عکسهای خودش و خواهرشو نشونت داد؟ بعد از اون تصادف من خودمم هنوز نفهمیدم که ماندانا پرت شد تو دره یا مهرانگیز." گفتم: "ولی نمیشه که آدم خودشو نشناسه..." و یادم آمد که گفته بود آلزایمر دارد. پس در ادامه گفتم: "البته وقتی آدم آلزایمر داره فرق می‌کنه." فرجی گفت: "ولش کن، خانم نباید به این چیزا فکر کنه. فشارش میره بالا."

عصر به اتاق مهرانگیز رفتم و آمپولش را زدم. فشارش را هم گرفتم. طبیعی بود اما کمی نبضش تند می‌زد. گفت کف دست و پایش را با روغن زیتون ماساژ بدهم. رفتم از آشپزخانه روغن زیتون بودار بیاورم. فرجی پرسید: "بلدی ماساژ بدی؟ کف هر دست پنج دقیقه، کف هر پا ده دقیقه." گفتم بلدم. و به اتاق مهرانگیز آمدم. اول کف پاهایش را ماساژ دادم. سعی کردم رگ خوابش را پیدا کنم تا خوابش ببرد. موفق نشدم چون یکریز حرف می‌زد. وسط حرفش وقتی که خواست نفس بگیرد، پرسیدم: "بچه ندارین؟" گفت: "بچه داشتم ولی وقتی که فهمید معلوم نیست من خودم هستم یا خواهرم، قهر کرد و رفت. حق داشت چون می‌گفت باید بدونه من مادرش هستم یا خاله‌ش." پرسیدم: "پسرتون حالا کجاس؟" گفت: "گفتم پسر داشتم؟ نه! بچه من دختر بود. نمی‌دونم کجاس. شاید رفته باشه استرالیا. شاید هندوستان. شایدم کانادا باشه. فامیلا میگن به هر کشوری که میرن دخترم رو می‌بینن. البته شاید خواهرزاده‌م باشه. فکر خودتو گیج نکن. درک کردن اینکه من زنده موندم یا خواهرم، دردی از تو دوا نمی‌کنه. دیشب خواب دیدم خواهرم بهم چیزی گفت که یادم رفته. شاید گفت فرقی نمی‌کنه اسمت چی باشه." گفتم: "درست گفته. بهترین کار اینه که قاطعانه تصمیم بگیرین که مهرانگیز باشین یا ماندانا. هر اسمی رو که انتخاب کردین، دیگه همون باشین." ماساژ دادن را تمام کردم و وسایل را جمع کردم. با انگشت اشاره کرد که بیا جلو! سرم را جلو بردم. آهسته پرسید: "شوهر داری؟" گفتم: "نامزد دارم. قراره اگه خدا بخواد، دو سال دیگه عقد کنیم." پرسید: "چرا دو سال؟" توضیح دادم که مشکلات مالی داریم. گفت: "برو دیگه."

شب می‌خواستم آخرین آمپولش را بزنم. گفت لازم نیست. فشارش را گرفتم. بالا بود. برایش زیرزبانی گذاشتم. آن را تف کرد. گفتم بهتر است توصیه‌های پزشکی را سهل نگیرد. گفت: "برو. حوصله تو ندارم." بیرون آمدم. دنبال فرجی گشتم تا حال همسرش را گزارش کنم. نبود. به اتاق خودم رفتم، ولی دلشوره داشتم. یک ساعت بعد طاقت نیاوردم و به اتاق مهرانگیز رفتم. آه... با پلک باز مُرده بود. نبض نداشت. زود بیرون آمدم و دنبال فرجی گشتم. نبود. باغبان هم نبود. به اتاق مهرانگیز برگشتم. دیدم پلکش بسته شده. شک کردم که نکند غلط تشخیص داده‌ام و زنده است.

بقیه در صفحه ۶۵

آنچه هستید نشان دهید و آنچه هستید را بهتر معرفی کنید تا آنچه می‌گویید

● یزدگمهر

زیر نظر: محمدرضا مهدیزاده

نمونه شعر کهن

باز آ

آه، تا کی ز سفر باز نیایی؟ باز آ
اشتیاق تو مرا سوخت، کجایی؟ باز آ
شده نزدیک که هجران تو ما را بکشد
گر همان بر سر خونریزی مایی، باز آ
کرده‌ای عهد که باز آیی و ما را بکشی
وقت آن است که لطفی بنمایی، باز آ
رفتی و باز نمی آیی و من بی‌تو به جان
جان من، این همه بی‌رحم چرایی؟ باز آ
"وحشی" از جرم همین کز سر آن کو رفتی
گر چه مستوجب صد گونه جفایی، باز آ

وحشی بافقی

سهم زیستن

زنجیرها گسست ای دل، دل اسیر
پیران، جوان شدند، آه ای جوان پیر
مگذار بیش از این بی‌باورت کند
اهریمن هراس، این سایهٔ حقیر
دیری‌ست بر تنت، شولای زخمهاست
تیغ برهنه را، از دست غم بگیر
بیداری بهار، آن سوی لحظه‌هاست
باید که بگذری، از خواب این کویر
آزادگی، گلی چونان شقایق است
با عطر جانفزا، با رنگ دلپذیر
می‌بارد از فلق، شمشیر آفتاب
داد سپیده را از دیو شب بگیر
گر سهم زیستن، در خود شکستن است
ای مرگ زنده باش،ای زندگی بمیر

حسن اسدی "شبدیز"

نمونه شعر نو

کاش

کاش می‌دیدم چیست
آنچه از چشم تو تا عمق وجودم جاری‌ست
آه، وقتی که تو لبخند نگاهت را
می‌تابانی
بال مژگان بلندت را
می‌خوابانی
آه، وقتی که دو چشمانت
آن جام لبالب از جان دارو را
سوی این تشنهٔ جان سوخته
می گردانی
موج موسیقی عشق
از دلم می گذرد
روح گلرنگ شراب
در تنم می گردد
دست ویرانگر شوق
پرپرم می کند
ای غنچه رنگین، پرپر
من در آن لحظه
که چشم تو به من می‌نگرد
برگ خشکیدهٔ ایمان را
در پنجهٔ باد
رقص شیطانی خواهش را
در آتش سبز
نور پنهانی بخشش را
در چشمهٔ مهر
اهتزاز ابدیّت را می‌بینم
بیش از این سوی نگاهت نتوانم نگریست
اهتزاز ابدیّت را یارای تماشایم نیست
کاش می گفتی چیست
آنچه از چشم تو
تا عمق وجودم جاری‌ست

فریدون مشیری

عمر

طی شد به سرعت عمر و من جا ماندم از دنیا
اندوهِ دوری کرد دورم، کم کم از دنیا
من، سالها تنهاترین فرد جهان بودم
سهمم در این غوغا و غربت شد غم از دنیا
وقتی که می‌بایست روی پای خود باشم
خوردم زمین با ضربه‌هایی محکم از دنیا
با کینه توزی روی زخم من نمک پاشید
وقتی نیازم بود قدری مرهم از دنیا
تنها تنفس در هوای عشق کافی بود
چیزی جز این می‌خواست آیا آدم از دنیا؟
حالا که دردم را کسی هرگز نمی‌فهمد
دل می‌بُرم هم از خودم، هم او، هم از دنیا

لیلا مهذب ـ اصفهان

شب خاطره

شبی که ماه در آیینه یاسمن می‌ریخت
ستاره بود که از چشمهای من می‌ریخت
هنوز در تب یک خاطره فروزانم
چه شعله بود که آن فتنه از بدن می‌ریخت
خزان باغ به چشم دلم بهاران بود
ز دامنش گل صدرنگ در چمن می‌ریخت
دو صد بهشت نجیبانه در تجلّی بود
به جای حرف ز لبهاش نسترن می‌ریخت
به رقص آمده ذرّات عالمی زیرا
ز تاک زلف کجش بادهٔ کهن می‌ریخت
بتی نمانده که زخم تبر به سینه نداشت
سرود باور توحید بر شمن می‌ریخت
شبی به خواب من آمد که مرده بودم من
ز خاک هر قدمش مُشک در کفن می‌ریخت

حسین مهرآذین دلجو ـ کرج



زخم

این زخم را به دست تو مرهم نمی‌کنند
چاره برای درد دمادم نمی‌کنند
از شرم کاغذ و قلم و شعر دلخورم
از واژه‌های لال که درکم نمی‌کنند
آبستن خطوط موازی‌ست زندگی
وقتی هجوم فاصله را کم نمی‌کنند
حوّا به عطر حادثهٔ سیب شک نکن
گِل را به غیر عشق تو آدم نمی‌کنند
دل از نگاه پنجره‌ها ناامید شد
لطفی به چشم خستهٔ ماتم نمی‌کنند
از دوردست نور نشان می‌دهی، مرا
این چشمه‌های کور، مصمّم نمی‌کنند
آری، شکست آینه‌ها بی‌دلیل نیست
چون زیر بار غصه کمر خم نمی‌کنند

امین دانشی ـ مشهد

ناچار

هر صبح ناچارم به بیداری
مانند کلاغی بی‌خانمان
گاهی از روی سیم برق
گاهی از شاخهٔ درختی خشک
و گاه از کنار لانهٔ فاخته‌ای
که در غم سقوط جوجه‌اش
زار می‌زند
زندگی آمیخته‌ای است از زشتی‌ها و زیبایی‌ها
و من کلاغ گونه
باز هم می‌پرم
تا شاید
در گوشهٔ دنجی
آرامش چال کرده‌ام را
پیدا کنم

مژگان مسعودی

در آب

در شب برکهٔ باران
میخک نقرهٔ ماه
شسته تن در مرداب
رقص نورست به هر رنگ پرِ پروانه
کعبهٔ باغ کجاست؟
رازقی می‌پرسد
دست یک فوّاره
بسته تابی بر باد
ریزش پیچک از شاخهٔ تاک
لمس روییدن برگ
سفر بذر از خاک
چرخش عقربه در ساعت گل
عکس قویی در موج
پشت رگبار شهاب
من در آغوش خدا
سایهٔ برگ در آب

پرویز عباسی داکانی

دوباره خواهم ساخت

من برای تمام گنجشکان، آسمانی دوباره خواهم ساخت
بر بلندای خستگی‌هایت، سایبانی دوباره خواهم ساخت
باید از نیمه راه برگردم، سمت ویرانه‌های اجدادی
روی این پهنهٔ ترک خورده، آشیانی دوباره خواهم ساخت
قعر چاهم زمین در آغوشم، آن طرف میله‌های آزادی
از همین بند بند در بندم، ریسمانی دوباره خواهم ساخت
خط به خطت صحیفهٔ درد است،ای تمامت ادامهٔ تاریخ
از دل نانوشته‌هایت باز، داستانی دوباره خواهم ساخت
نبض خورشید را رصد کردم، از دل کوچه‌های تاریکت
بر بلندای بام آزادی، کهکشانی دوباره خواهم ساخت
بال بگشا و سرفرازی کن، بر فراز هوای خون آلود
من برای دو بال پروازت، آسمانی دوباره خواهم ساخت

زهرا اسماعیلی ـ کرج

تشنهٔ آواز

بلبل آهنگم، ولیکن در قفس افتاده‌ام
تشنهٔ آوازم امّا از نفس افتاده‌ام
مرغ حسرت زادم و از شاخسار سرنوشت
با خیال دانه در دام هوس افتاده‌ام
کاروان کوچید و من در واحه‌های خفتگی
بی خبر از بانگ هشدار جرس افتاده‌ام
مثل نی از هفت بندم بغض غربت می‌چکد
گوشهٔ بیدادم و بی‌دادرس افتاده‌ام
آی بازرگان! به طوطی‌های هندُستان بگو
من هم از نسل شمایم، در قفس افتاده‌ام

مرتضی دهقان آزاد

نامه‌های شما همراهان خوب و خوانندگان صمیمی رسید:

فیروزه رهنما/نعمت‌الله زارعیان-گچساران/اصغر ره‌انجام-تهران/مونا خضرایی-آمل/محسن اعلا-نور مازندران/فریبا امیراسکندری/صبا حسنوند-لرستان/رضا پنبه کار-جویبار/آمنه صادقی-اهواز/قنبر یوسفی-آمل

جوانه‌های ادبی

*** خانم شیرین سعید پور ـ کرج**

سروده اید:
دیروز
به رنگ دریا بود
و امروز
به رنگ آسمان است
روزهای ما آبی‌ست
روزهای ما آفتابی‌ست



همین که تلاش کرده‌اید از زبان روزمرّه فاصله بگیرید، قابل تقدیر است. برای شکار مضامین تازه و بکر بیشتر تلاش کنید.

*** آقای داود صدیقی ـ تهران**

دیوار با کلماتی چون بیکار و دیدار قافیه می‌شود.

*** آقای مسعود صادقی ـ شیراز**

بیتی از حافظ را تقطیع می‌کنیم:
خدا را کم نشین با خرقه پوشان
رخ از رندان بی‌سامان میوشان
وزن این بیت:
مفاعیلن مفاعیلن فعولن است.
خدا را کم = مفاعیلن
نشین با خر = مفاعیلن
قه پوشان = فعولن
رخ از رندا = مفاعیلن
ن بی‌سامان = مفاعیلن
میوشان = فعولن

رشک

چشمهایت
که به اشک می‌نشیند
آسمان
به آن همه ستاره
رشک می‌برد

مونا خضرایی ـ آمل

تو

ارادهٔ هر کاری را داری
حتی ارادهٔ عاشق نشدن را
اما من هرچه حساب می‌کنم
یک به علاوه یک
دو نمی‌شود
حاصل جمع من و تو
همیشه تویی

قنبر یوسفی ـ آمل

دردا که بود خاصیت این چشم تر ما را
گر گریه ز روی تو ببندد نظر ما را
● هاتف اصفهانی

نوشته‌های ناب

سنگ آسمانی
Neveshte_Nab@yahoo

ارسال متن تلگرامی و پیامک فقط با ذکر نام: ۰۹۳۵۶۹۲۰۳۴۹

نازنینم، خوبم!

رگ خواب تواگر دست دلم می‌افتاد قصه عشق فراهم شدنش حتمی بود!

پل شکسته

دلم نمی‌خواهد ساعتهای با تو بودن تمام شود، مثل کویری که تشنه باران است

نسیبه توفیقی

تو که رفتی، به خدا از همه وحشت کردم، آن همه خاطره را طعمه حسرت کردم، آمدم پشت سرت با غزلی تازه ولی، تو نبودی و من احساس خیانت کردم، با دل ساده‌ی خوش باورم، این بار فقط، از تو و نفرت این فاصله صحبت کردم

زهرا برمکی

بهترین هدیه برای پدر، عزت، برای مادر احترام، برای استاد احوالپرسی، برای فرزند بهترین هدیه مهربانی است، برای همسر محبت، برای دوست وفا، برای جامعه خدمت، برای همسایه همدردی، برای مرده دعا و بهترین هدیه برای آخرت، نیکی است

مسعود

نه جرات از دست دادنت را دارم و نه توان نگه داشتنت را، عجب برزخ رنج آوریست این حال!

نازنین آریا فرد

در سینه دلم گم شده تهمت به که بندم، کس راه در این کلبه ویرانه ندارد

غلامعلی چریکی



تفکر انسان مانند یک چتر نجات است. یعنی تنها زمانی می تواند کار کند که باز باشد.

نوشین رئوف

گاهی خدا می خواهد با دست تو دست دیگر بندگانش را بگیرد... پس وقتی دستی را به یاری می گیری بدان که دست دیگرت در دست خداست...

امید روشنفکر

خیال روی تو در هر طریق همره ماست /نسیم موی تو پیوند جان آگه ماست / به رغم مدعیانی که منع عشق کنند / جمال چهره تو حجت موجه ماست

سیدعلومت کش

به من چیزی نگو از عشق ته حرفات رو می‌دونم، به من چیزی نگو از عشق منم بازی رو می خونم!

زهرا مظهری

خدای سیب و سنجد مشتی گندم پاشیده سفره‌ات را، نشانده منو گنجشکها را سر سفره‌ی تو، پنجره، سنگ، قفس... انتخاب با توست، پراندن، بال شکستن، یا حبس ابد

فروغ کریم

پاسخ به پیغامها

✓ نازنینی که اسمش رو نگذاشته برام نوشته؛

قبلا هم مطالبی ارسال کرده بودم {که حتماً اونها هم اسم نداشتن!}، ولی چاپشو ندیدم! بنده از طرفداران پر و پاقرص نشریه وزین اطلاعات هفتگی هستم!

عزیز دل سنگ آسمونی، یعنی ممکنه نوشته‌ای دست سنگ برسه و جواب نگیره؟! به استناد همین صفحه خیلی‌ها می‌دونن من بارها نوشته‌ها رو بالا و پایین می کنم، خیلی از نوشته‌ها رو دوباره بازنویسی می کنم، سرچ می کنم و هر کاری که فکرش رو بکنین انجام میدم تا شما راضی باشید، تا شما خواننده نازنینی رو که با عشق برام متن می‌فرستید راضی نگه دارم و بارها شده ساعتها بیرون از ساعت کاری پای نوشته‌ها نشستم تا بتونم نوشته‌ها رو تو کمترین وقت و البته به نوبتی که سعی می کنم همیشه رعایتش کنم روی کاغذ بیارم و به خاطر همین تلاشهاست که حالا با قطعیت میگم، ممکن نیست عزیزی مطالبی (یعنی چند مطلب) برای من ارسال کرده باشه و چاپش نکنم، مگر همون یکباری که چند سال پیش، حدود ۲۰ تا پیام رو نوشتم و فرستادم برای چاپ اما تو مسیر بنا به دلایلی که بعدها کشفش کردم و حالا نمی‌خوام بگم، گم شد! همون یکبار بود و دیگه نبود، همین! چون ممکن نیست کسی که کسی رو دوست داره برای خوندن نوشته‌هاش ولع نداشته باشه، ممکن نیست، از نوشته‌های عشقش بی‌توجه بگذره، ممکن نیست! اما اگر باز هم باور نمی کنی بدون که عاشق نیستی!

ناب‌هایی متفاوت

✓ **حامد طاهری:** اشک بهترین هدیه دنیاست، اما تا زیباترین چیزها رو از انسان نگیره، خودش رو تقدیم نمی کنه!

✓ **باران:** دستانم را می گیری و می پرسی: گل یا پوچ، ولی من در دلم می گویم: فقط دستانت

✓ **فرهاد یاوری ـ سرپل ذهاب:** چه بسیارند، دوستانی که رو در رو تو را می بوسند و پشت سر حلقه اعدام تو را می بافند

✓ **ممل سعدی:** مانده چنان ماه نو، چشم جهانی به تو / محو جمال تواند، آیینه داران عشق / نای و نوایش دهند، از سر دلدادگی / آنکه چو نی می زند، چنگ به دامان عشق!

✓ **ی. عطاآباد:** نقاشی اشکهایم را که با آهنگ غمناک دلم روی دامن تنهاییهایم می چکد می کشم، به امید اینکه با باران محبت شسته شوند

✓ **بدون نام:** دردها و زخمها تیمار شوند با مرهم مهر و شکیبایی. تا امید به خدا هست، هیچ درد و زخمی ماندنی نیست!

✓ **کریمه ناصری:** دلم بوی دلتنگی تو رو میده، در هوای بی تو بودن، نفس کشیدن سخت می شه، واسه خدا محال وجود نداره، ولی بنده‌اش اصلا صبری نداره، اگه بخواد کن فیکون می کنه، آرزوی محال تو دوباره

✓ **عباس ساوجی:** سفر را در روزهای بارانی دوست دارد، شیشه اتومبیل را پایین می کشد و دستش را به لبه پنجره تکیه می دهد، صورتش را به نم نم باران می‌دهد و موهایش را به دست باد و...

✓ **رامین کدیور المهدی ـ بندرعباس:** دروغ شده باعث پیشرفت انسانها، حرف راست زدن شده جرم و باعث عقب گرد از پیشرفت

✓ **رویا اسکندری:** رد نشو از کنار من انگار نمی‌بینی منو، رد نشو از کنار من یک جور که بی تفاوتی، می‌خوای که باز کم نیاری با چشم بسته رد می شی، حتی چشاتو می بینم با اینکه پلک نمی‌زنی، نگات میگه دوستم داری با اینکه حرف نمی‌زنی

✓ **بدون نام:** عشق درد عجیبی‌ست، نمی شه بی‌خیال شد، نمی شه دلگرمش باشی، هم خوشحال و هم غمگین هم سردت میشه، هم گرمت، خلاصه باید خیلی قوی باشی، که یا فراموشش کنی، یا قید خیلی از چیزها رو بزنی. مثل آبرو

✓ **سیدمنصور گیلانی:** معده تهی تن تهی، کیسه تهی دین تهی

جدولها زیر نظر: داود بازخو
BAZKHOO @ yahoo.com

آن دسته از خوانندگانی که نسبت به جدول های این صفحه پیشنهاد و یا انتقادی دارند می توانند فقط پنجشنبه ها از ساعت ۱۸/۳۰ الی ۲۰/۳۰ به شماره تلفن همراه ۰۹۳۵۵۰۱۰۷۷۶ پیامک کنند.

از بین عزیزانی که هر هفته جدول متقاطع مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله یا ایمیل درج شده ارسال یا تعداد حرف خواسته شده را با ذکر شماره مجله، اسم شهر، نام و نام خانوادگی به تلفن همراه بالا پیامک کنند، یک نفر و برای جداول سودوکو، کاکورو و هیداتو نیز یک نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه ای به رسم یادبود تقدیم می شود. البته به شرطی که کد پستی، نشانی و نام نویسنده با دقت و خوانا نوشته شده باشد. با توجه به فرصت ۲ ماهه، لازم نیست پست سفارشی شود.

اسامی برندگان جدول ۳۷۹۱

۱ـ نزهت زنگی آبادی ـ کرمان
۲ـ نوید خوزستانی ـ اصفهان
۳ـ خسرو عزیززاده ـ تهران

جوایز برندگان به نشانی آنها ارسال خواهد شد

حرف (و) چه تعداد است؟

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷
۱								■									
۲					■					■					■		
۳		■					■					■					
۴				■					■					■			
۵						■					■					■	
۶			■					■					■				
۷					■					■					■		
۸		■					■					■					■
۹				■					■					■			
۱۰	■					■					■					■	
۱۱			■					■					■				
۱۲					■					■					■		
۱۳		■					■					■					
۱۴				■					■					■			
۱۵											■						

افقی:

۱. پرسیدن، پرسش ـ فلزی است فسادناپذیر
۲. باران تند و شدید ـ خبر یا سخنی را به دیگری رساندن ـ نوعی کفش پاشنه دار ـ شامه نواز
۳. قاطر ـ هر رستنی که از زمین بروید ـ رشته کوهی مشهور بین آسیا و اروپا
۴. کشوری عربی ـ کمیاب ـ انبار گندم ـ میوه‌ای خورشتی
۵. دستاویز ـ ملقب است به خاتم الشعرا ـ قطعه‌ای از مصالح ساختمانی
۶. مرکز فراری ـ خطوط پنج گانه نوشتن نتهای موسیقی ـ برادر ـ بشر
۷. شبه جزیره‌ای میان دریاهای مدیترانه و سرخ ـ ستاره آخر فصل گرما ـ نوعی خوراکی سبک و اندک که به لبچره نیز معروف است ـ تعجب خانمها
۸. از صفات باریتعالی ـ در بردارنده ـ از توابع استان خراسان رضوی
۹. گوشت بی‌استخوان ـ نام قدیم تایلند ـ رقابت ورزشی بین دو تیم همشهری ـ جُر
۱۰. رام ـ واحدی برای مایعات ـ فالگیر
۱۱. بز کوهی ـ نابود کننده ـ پل مشهور قطار در شمال ـ ساییدن
۱۲. دوبینی ـ خانه ییلاقی ـ درخت نورسته ـ تصدیق آلمانی
۱۳. عطری است شبیه به مشک ـ گاونر ـ اتاق کنترل صدا و تصویر تلویزیونی
۱۴. درخت تسبیح ـ جذاب ـ ستاره شناس ـ لیست غذا
۱۵. بی‌اثر شدن ـ اثری حماسی از هومر

عمودی:

۱. جامع و کلی به انگلیسی ـ جنبش اجتماعی
۲. پسوند مانند ـ نامیده شده ـ تهی ـ کام
۳. با یکدیگر همدست شدن ـ سرود ـ مهمان ناخوانده
۴. تن پوش ماهی ـ رواندار ـ پست و لات
۵. بی‌همراه و همدم ـ زن مشهور فرعون رامسس دوم ـ هماتا
۶. نوعی نمایش فرنگی ـ سرایت کننده ـ حبوبی پرمصرف
۷. ملک رازی ـ رودی در عراق ـ ورزشی مفرح ـ نوعی چاشنی غذایی
۸. شهری در هندوستان ـ رنگ سبز تند ـ از نانها
۹. بی‌سواد ـ کسی که کلاه بر سر می گذارد ـ راکب
۱۰. قاره زرد ـ رئیس مدرسه ـ زمین گیر
۱۱. بی‌اساس ـ رنگ به انگلیسی ـ سرنیزه
۱۲. تلخ ـ جامه ـ تالاب، آبگیر ـ مکان
۱۳. جلودار سپاه ـ باد خنک ـ بیماری کم خونی
۱۴. جدید به انگلیسی ـ نوعی وسیله شبیه به عصا ـ پایتخت نروژ
۱۵. بی‌حرکت ـ دایی ـ نوعی برنج پخته
۱۶. بدی سرانجام ـ بنیانگذار ـ الهه شکار یونانیان
۱۷. کوچکترین کشور دنیا ـ کوه نیشابور

حل جدولهای شماره ۳۷۹۱

ایمان همچون کعبه است که باید به سویش روند، نه آنکه منتظر باشند تا به سوی آنها بیاید
● رسول خدا (ص)

جدول شرح در متن

طراح جدولها: داود بازخو

آن دسته از خوانندگانی که نسبت به جدول های این صفحه پیشنهاد و یا انتقادی دارند می توانند فقط پنجشنبه ها از ساعت ۱۸/۳۰ الی ۲۰/۳۰ به شماره تلفن همراه ۰۹۳۵۵۰۱۰۷۷۶ پیامک نمایند.

از بین عزیزانی که هر هفته جدول شرح در متن مجله را صحیح حل کرده و به دفتر مجله یا ایمیل درج شده ارسال یا تعداد حرف خواسته شده را با ذکر شماره مجله، اسم شهر، نام و نام خانوادگی به تلفن همراه بالا پیامک نمایند، یک نفر برای جداول سودوکوو، کاکورو و هیداتو نیز ۱ نفر به قید قرعه انتخاب و به هر یک هدیه ای به رسم یادبود تقدیم می گردد. البته به شرطی که کد پستی، نشانی و نام نویسنده با دقت و خوانا نوشته شده باشد. با توجه به فرصت ۲ ماهه، لازم نیست پست سفارشی شود.

حرف (ا) چه تعداد است؟

بخشی از دست
اسطوره زن یونان باستان
اطوار
فرزند نبیره
رسم کردن
از کشورهای حوزه بریتانیا
برتری یافتن
بوی رطوبت
فرش مالیدنی
سفید
قادسیه بی قاف
مرکز آلبانی
کشور معروف به سرزمین الماس
پیشوا
ضمیر فرانسوی
مگس
سدی در فارس
سیاره مشتری
دیروز
شهری در آلمان
خوراک تقویتی گیاه
اریکه
پرستش
ضمیر وزنی
از حال رفته
راندن مزاحم
خاندان
گچ بتونه
از مزه ها
تاریکی
گونه
طلا به ترکی
پسر مازنی
کوچکترین قمر سیاره اورانوس
فاصله زیاد
پایتخت نیکاراگوئه
کشوری در آمریکای مرکزی
نوعی کشمش
جدید
خون
کشکول
جاده قطار
مدح کردن
دست
تهمت زدن
تکرار حرف آخر
ساختمان با سازنده اش
پریشانی
آزاد
آسمان خراش
دوست
فاصله بین دو پرده نمایش
بندری در جنوب
بخشایش
ورودی در اروپا
ملکه
هدایت
عمومی و مشترک
معبر در آب
از کارگزاران ساخت فیلم
فوری
سازی بادی
خرس آسمانی
تنگی نفس
آش
به جهت
حرف انتخاب
پروفسور حیوانات
قیمت
آخر
ارابه جنگی
شاهزاده
رشته ای در شمشیربازی
مرتجع فلزی
فلز سرخ
دختر انگلیسی
حرف ۲۶
از گروههای خونی
فیلمنامه
عصاره لوزالمعده

جدول سودوکو ۳۸۰۲

اعداد ۱ تا ۹ را در هر سطر و ستون و مربع های کوچک ۳×۳ طوری قرار دهید که هر عدد فقط یک بار درج شود.

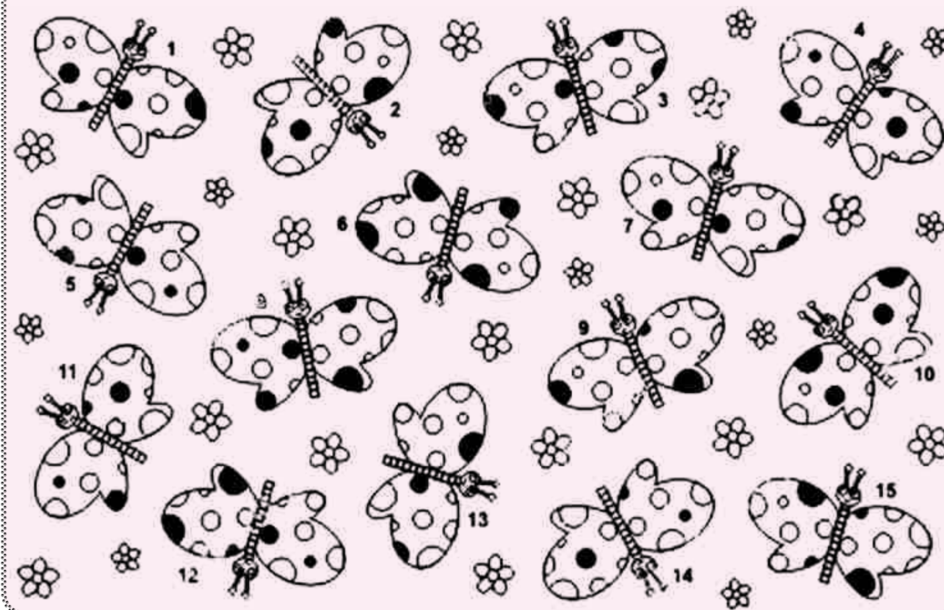
۸	۲	۱						۶
			۲	۶	۸	۵	۱	
	۷			۹	۱			۳
۳						۲	۷	
۲		۹	۷	۱			۸	۴
	۸						۳	۱
		۸		۳	۹		۵	
۱	۶							
	۳		۱	۲	۴	۷		۸

سهراب صفادار

پاسخها در صفحه ۶۲

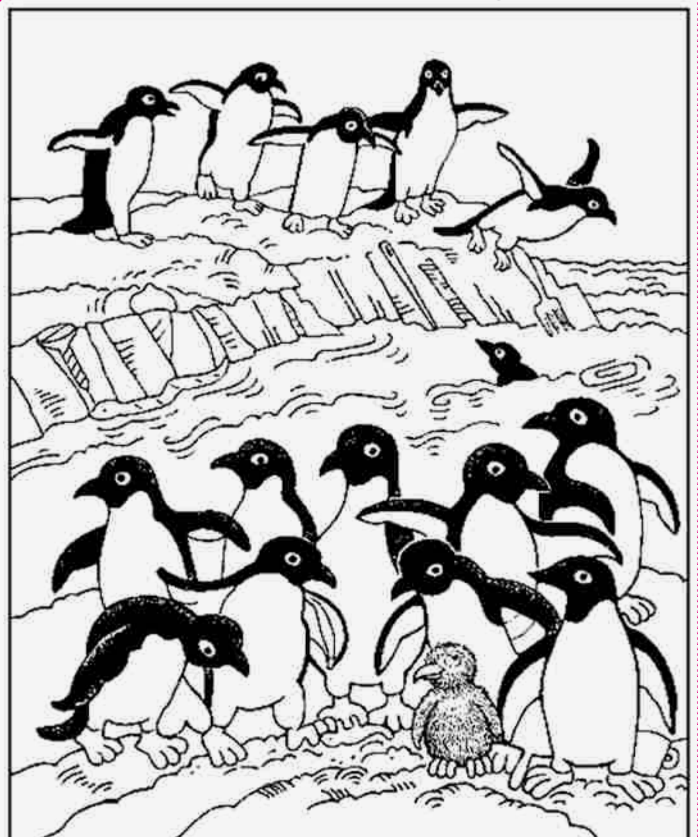
شکلهای متشابه

در اینجا تصویر ۱۵ پروانه را می بینید که فقط دو تا از آنها کاملا مشابه یکدیگرند. آنها را پیدا کنید.



شکلهای پنهان در تصویر پنگوئن ها

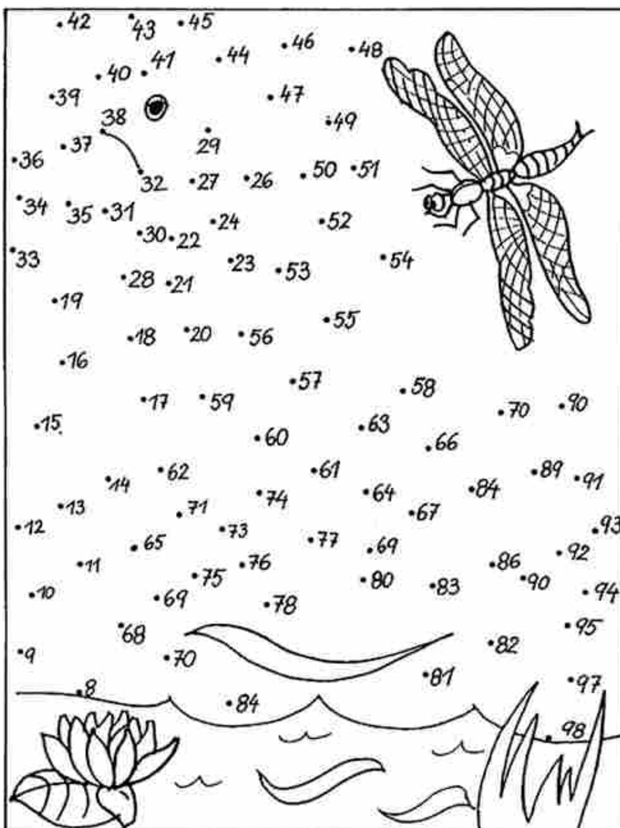
پنگوئن ها از یک رود سرد و یخی عبور می کنند و حواس شان کاملا متوجه جوجه تازه به دنیا آمده است. اما در میان این تصویر زیبا ۱۵ شکل دیگر نیز پنهان شده است که از شما می خواهیم با توجه به شکلهای داده شده و اسامی شان، آنها را در تصویر اصلی پیدا کنید. در پایان می توانید با مراجعه به قسمت پاسخها، جواب صحیح را ملاحظه کنید.



چکمه، بستنی، پیچ، چنگال، پرچم، موز، بیلچه، آبنبات، سوزن، کلیپس، فنجان، مارمولک، لیوان، قلب، مار

نقطه به نقطه

در میان این نقاط و اعداد به هم ریخته یک شکل زیبا پنهان شده است که برای یافتن آن کافی است مداد یا خود کاری بر داشته و نقاط را به ترتیب از شماره ۸ تا ۹۸ به فاصله سه تایی به هم وصل کنید. مثلا ابتدا ۸ و ۱۱ و ۱۴ و به همین ترتیب ادامه می دهیم. چنانچه محاسبه تان درست باشد در پایان به عدد ۹۴ خواهید رسید.



نامداری بی نیکنامی به پشیزی نمی ارزد

● افلاطون

یک سرگذشت

پیوند ناگسستنی

-یعنی به من شک دارین؟

این را بـا دلخوری به پدر گفتـم. با همان لحن آرام و متینش گفـت: "نه، به تو شـک ندارم. به اونایی شـک دارم که بـرای امثال تو هزار جور دام گذاشتن. تو میگی این حرفا کدومه؟ قول میدی که سـرت رو بندازی پایین و درست رو بخونی، من اما میگم خیلیا همین رو میگن اما وقتی پاشون به اونجا میرسه واویلا! من به دست خودم پسرم رو به دیار اجنبی‌ها نمی‌فرستم. بهتره تو هم این فکر و خیالات رو از سرت بیرون کنی!

پدر بـا این حـرف قاطعانه با ادامـه تحصیلم در اروپـا مخالفت کرد و آب پاکی را روی دسـتم ریخت.

***

تا وقتی که پدر خدابیامرزم زنده و سـرحال بود همه چیز روبه‌راه بود. ما یک خانواده گرم و منسجم بودیم، دو برادر و دو خواهر با پدر و مادری مهربان. پدر تاجری شـریف بود که در تمام عمر خود یک لقمه حرام هم سرسفره نیاورده بود.

من پسـر بزرگ خانـواده بودم. وقتـی دیپلم گرفتم، دلم می‌خواست برای ادامه تحصیل به اروپا بروم اما پـدرم که فردی متدیّـن و دیندار بود به شدت مخالفت کرد.

بحث من و پدر فایده‌ای نداشت. من بدون کمک مالی او نمی‌توانستم به آرزویم برسم. بنابراین از فکر خارج رفتن بیرون آمدم و در کنکور شرکت کردم. سـه سال پذیرفته نشدم. اعصابم به هم ریخته بود. با برادر و خواهرانم بدرفتاری می‌کردم و همه را در این شکستها مقصر می‌دانستم.

پـدرم می‌گفـت: "تو تـوی مملکـت خودت نمی‌تونی قبول بشـی، اونوقت میخوای اروپا درس بخونی"!

شاید هم حق با او بود ولی من این را بهانه‌ای برای لجبازی و باج خواهی قرار داده بودم و می‌گفتم: "شما با سرنوشت من بازی کردین".

برادر کوچکترم می‌گفت: "انقدر سـر به سر بابا نذار. بابا مریضه و تحمل این همه فشـار عصبی رو نداره!" من اما گوشـم به ایـن حرفها بدهکار نبود. خودخواه و عصبی شـده بودم. کمتر با کسی حرف مـی‌زدم و به جای اینکه در مغازه پدر کار کنم، کار دیگری دست و پا کردم.

بیسـت و هفت ساله بودم که پدرم چشم از دنیا فرو بسـت. از آنجایی که برادر بزرگتر بودم، تمام خانواده از جمله مادر، برادر و خواهرانم برای تقسیم ارث و میـراث به من وکالت و امضا دادند اما موقع دادن سهم، دمار از روزگارشان درآوردم.

به هر کسـی کمتر از چیزی که حقش بود دادم، حتی به مادرم. او با مهربانی می‌گفت: "پسرم، لقمه حروم توی سـفره‌ت نبر. من ازت گلـه‌ای ندارم. نوش جونت، اما برادر و خواهرات"...

نمی‌گذاشـتم حرف مادر تمام شـود. با لحنی طلبکارانه می‌گفتم:

"ایـن حق منه. اگه از مـن حمایت کرده بودند الان اون سر دنیا بودم. اونا باید تنبیه بشن"!

خوب می‌دانستم حرفها و دلایلم کاملاً بی‌منطق اسـت و اجازه ندادن پدر هیچ ربطی به آنها ندارد اما دلم می‌خواسـت حالا کـه می‌توانم، آنها را آزار بدهم!

بـرادر و خواهرانم احترام مرا نگه می‌داشـتند اما می‌دانسـتم کـه ناراضی‌انـد. مخصوصا برادر کوچکترم که یکی از بچه‌هایش تالاسـمی داشت و باید ماهیانه پول زیادی خرج او می‌کرد.

سـرم را زیر برف کـرده بودم و دور و برم را نمی‌دیدم.

همه فامیل می‌دانسـتند که من برخـورد خوبی با خانواده‌ام ندارم. با این حال من هنوز خود را از همه طلبکار می‌دانستم و به کسی محل نمی‌گذاشتم.

بـه جای اینکه برادرم با من قهـر کند، من با او قهر کرده بودم. نـه به خانه‌اش می‌رفتم و نه اجازه می‌دادم به خانه‌مان بیاید. وضع مالی‌ام با ارثی که از پدرم به من رسیده بود، به اضافه پولی که از برادر و خواهرانم بالا کشیده بودم، توپ توپ شده بود.

همسـرم "آتنا" با اینکه در رفاه کامل بود از این وضعیت ناراحت بود و می‌گفت:

"دلـم میخواد با خانواده‌ت رفت و آمد داشـته باشـم. چرا از اونا بریدی؟ راسـته که حقشون رو خوردی؟ اگه اینطوریه پس چرا تو طلبکار شدی و محلشون نمی‌ذاری"؟

در جواب آتنا با اوقات تلخی می‌گفتم:

"بـس کن آتنـا! نمی‌خوام در این بـاره حرفی بشـنوم. اونـا از پـدرم حمایت کردن و نذاشتن پیشرفت کنم. حقشونه که تنبیه بشن"!

آتنا از من می‌خواسـت منطقی باشم. می‌گفت حالا که وضع مالی خوبی دارم حق آنها را بدهم. من با اینکه مدتی بود به دربسته می‌خوردم، اما گوشم به این حرفها بدهکار نبود. اتفاقات بد توی زندگی‌ام پشت سرهم می‌افتاد. آتنا تصادف می‌کرد، دخترم مریض می‌شـد و... خودم هم که آرامش نداشتم و به زور قرصهای آرامبخش می‌توانستم بخوابم.

مادرم که گاهی به او سـر می‌زدم و احوالش را می‌پرسیدم می‌گفت: "اگه حق دیگران رو بدی رفع بلا می‌شـه." من اما به این حرف اعتقادی نداشتم. مادرم نصیحتم می‌کرد و من فقط گوش می‌کردم و سرتکان می‌دادم تا اینکه او نیز برای همیشه از بین

مادرم بارها گفته بود که مال حرام دوام و قوامی ندارد و اگر چند صباحی کسی را خوشحال کند، بعد به خاک سیاه می‌نشاند. دلم می‌خواست از زندان بیرون بیایم و حق همه را بدهم اما چگونه؟

ما رفت و رخ در نقاب خاک کشید.

با رفتن مادر زندگی من به هم ریخت. انگار دعاهای او بود که نمی گذاشت زمین بخورم. در چند معامله تجاری ضرر هنگفتی کردم و بالاخره به زندان افتادم. آتنا از ناراحتی نزدیک بود دق کند. وقتی به ملاقاتم آمد به او گفتم:

"صبر کن. همه چیز درست میشه"...

او در جوابم با گریه گفت: "چقدر صبر داشته باشم؟ تا وقتی که بدهیهات رو صاف نکنی باید توی زندان بمونی. مگه کم پولیه؟ یک میلیارد"...

نمی‌دانستم چه بگویم. دلم برای او و دخترمان می‌سوخت. از کجا باید این پول جور می‌شد؟ آهی در بساط نداشتم. این اواخر خانه را هم فروخته بودم و آتنا و دخترم باید مستاجری می کردند.

می‌ترسیدم خانواده آتنا او را تحریک کنند که از من طلاق بگیرد چون معلوم نبود که تا کی باید در زندان بمانم. دو سال و نیم از زندانی بودنم می‌گذشت. در سلولهای کهنه و بی‌روح زندان خیلی فکر کرده بودم. به گذشته، به حرفهای پدرم، به نصیحتهای مادرم، به حرفهای آتنا، به برادرزاده بیمارم و به خواهرانم و ظلمی که به همه کرده بودم.

مادرم بارها گفته بود که مال حرام دوام و قوامی ندارد و اگر چند صباحی کسی را خوشحال کند، بعد به خاک سیاه می‌نشاند. دلم می‌خواست از زندان بیرون بیاییم و حق همه را بدهم اما چگونه؟ با کدام پول؟

شاید نفرین آنها دامن مرا گرفته بود. در این دو سال و نیم به اندازه بیست سال پیر شده بودم. دوست داشتم زمان به عقب برمی گشت و اشتباهاتم را تکرار نمی کردم. ای کاش پا جای پدرم می گذاشتم که عمری با صداقت و مردمداری زندگی کرد.

سال ۸۳ بود. حدود سه ماه به پایان سال مانده بود. آتنا به ملاقاتم آمد و گفت:

"از لحاظ مالی خیلی توی وضع بدی‌ام. دلم میخواد منتظر بمونم اما خانواده ام"...

اشک در چشم هایم نشست. نالیدم: "میخوای ترکم کنی؟ من شبهای سرد و دلگیر زندان رو به امید تو و دخترمون به صبح می‌رسونم. اگه من رو رها کنی و بری طاقت این همه درد و رنج رو ندارم". آتنا اشک ریخت و گفت: "میگی چیکار کنم؟ یک ساله که توی خونه پدرم زندگی می کنم. اونا خسته شدن. میگن چرا تکلیفت رو روشن نمی کنی"؟ سکوت کردم. هیچ راه حلی به ذهنم نمی‌رسید. آتنا ادامه داد: "خواهر و برادرت بارها سراغمون رو گرفتن و خواستن کمکی بکنن اما من قبول نکردم. شرمنده‌شون هستم. تو بهشون بد کردی"... بغضم را قورت دادم و گفتم: "خوب کردی. منم دیگه حرفی برای گفتن ندارم. تو هم به دلت مراجعه کن. اگه هنوز من رو دوست داری مقابل خانواده‌ت بایست و گرنه دادخواست طلاق بده"... آتنا رفت. منتظر بودم خبری بشود اما نمی‌دانستم چه خبری. شاید تلخ‌ترین خبری که باید در عمرم می‌شنیدم، یعنی جدایی آتنا از من. حق را به او می‌دادم. او جوان بود و نباید به آتش من می‌سوخت. او باید زندگی می کرد و از جوانی‌اش لذت می‌برد. تا کی باید منتظر من می‌ماند؟ نه پولی از آسمان می‌رسید نه طلبکاران رضایت می‌دادند تا اینکه...

***

ـ داداش، گذشته‌ها گذشته. سرت رو بالا بگیر. تو بزرگ خانواده ما هستی. خیلی تلاش کردیم که کل بدهیت رو جور کنیم اما نشد. دامادا خونه‌هاشون رو فروختن. منم همین کار رو کردم. با طلبکارا حرف زدم. یه بخشی از بدهی رو پرداخت کردیم و باقیش رو هم خودت میای بیرون و کار میکنی و پس میدی...

حرفهای برادرم که تمام شد، خواهرم اشک‌ریزان ادامه داد: "دلمون نیومد تو توی زندان بمونی و زن و بچه‌ت آواره بشن"!

یک ماه از آخرین ملاقات من و آتنا می گذشت که برادر و خواهرانم به ملاقاتم آمدند. از دیدن آنها شوکه شده بودم و زبانم بند آمده بود. رویم نمی‌شد به چشمانشان نگاه کنم.

گریه‌ام گرفته بود. این همه بزرگواری و بخشش باور نکردنی بود. آنها بدی مرا با خوبی جواب داده بودند. عرق شرم روی پیشانی‌ام نشسته بود. آهسته گفتم: "ممنونم، جبران می کنم. همه چیز رو جبران می کنم"...

***

نوروز ۸۵ من در کنار خانواده‌ام بودم. بهترین نوروز عمرم همان سال بود. همه خوشحال بودیم. باید از صفر شروع می کردم و برادرم با تمام وجود کمکم کرد. پس از سالها کار و تلاش آرام آرام وضع مالی‌ام خوب شد. بدهیهایم را دادم و پس از آن حق برادر و خواهرانم را... همانهایی که مرا با بزرگواری خودشان شرمنده کردند. من شکستهایم را به گردن دیگران انداخته بودم و با ندادن حق آنها به نوعی انتقام جویی دست زدم در حالیکه غافل بودم از اینکه انسانها به یکدیگر محتاج‌اند و در رنج و سختی باید در کنار هم باشند.

وقتی می‌خواستم سهم الارثشان را بدهم هر سه باهم گفتند: "این کارا چیه داداش؟ لابد به اون احتیاج داشتی. تو برادر بزرگ مایی و بوی پدر رو میدی. ما هیچ گله‌ای نداریم"!

از این همه بزرگواری شرمنده‌تر از قبل شدم. با چشمانی اشک آلود گفتم: "شماها جواهرید، انسانهایی به تمام معنا. نمی‌دونم چطور دلم اومد چند سال کنارتون بذارم"؟

بغض راه گلویم را سد کرده بود. برادر و دو خواهرم را در آغوش گرفتم و اشک ریختم!

ماجرای واقعی خارجی

بقیه از صفحه ۱۳

فرصت طلایی زندگی من

رفتم. می گفت دیگر خسته شده و می‌خواهد برگردد. وقتی از بیمارستان مرخص شد، همچنان سر تصمیمش بود و مصمم می‌خواست ترک کند. من و مادرش گفتیم همچنان کنارش هستیم. و بالاخره روزی رسید که دخترم ترک کرد. در این راه پرپیچ و خم سختی‌های بسیاری کشید، اما موفق شد اعتیاد را کنار بگذارد. درسش را دوباره شروع کرد و توانست در رشته مددکاری تحصیل کند.

پنج سال پیش، یک روز دخترم از من خواست با جوانی ملاقات کنم. همان پسری که او را با هروئین آشنا کرده بود. حالا دخترم می گفت این جوان به شغل نیاز دارد. شاید حق داشتم اگر نمی‌خواستم قدمی برای این جوان بردارم. اما او هم قربانی بود و زندگی‌اش را از دست داده بود. او هم مثل دختر من به فرصت دوباره نیاز داشت. کارخانه من به کارگر نیاز داشت. برای آن جوان توضیح دادم که باید ترک کند. توضیح دادم که کار کارخانه ما چیست و چقدر سخت است. و قبول کرد که تمام شرطهای من را اجرا کند. تمام مدت به این فکر می کردم که چند نفر در زندان به چنین شغلهایی نیاز دارند و وقتی از زندان آزاد می‌شوند، بیکاری و بی‌پولی و گرسنگی ممکن است چه بلاهایی سر خودشان و خانواده‌هایشان بیاورد.

آن جوان وقتی اعتیادش را کنار گذاشت، تازه فهمید چقدر باهوش، باانگیزه و کاری است. مدت زیادی طول کشید تا من و پسرم همه‌جوره به او اعتماد کنیم ولی آن جوان امتحانش را خوب پس داد. از آن به بعد شروع کردیم به استخدام کسانی که لکه سیاهی در پیشینه خود داشتند. هیچ کدام از آنها را به ترک مجبور نکردیم. وقتی مشغول کار شدند و لذتش را درک کردند، با اشتیاق اعتیاد به مواد مخدر یا الکل را کنار گذاشتند و زندگی سالمی را آغاز کردند. خوب می‌دانم که همه آنها ممکن است بارها بلغزند و باز به اعتیاد پناه ببرند، اما این را هم خوب درک می کنم که همگی به فرصت دوباره نیاز دارند، حتی اگر بارها شکست بخورند. همه باید این را بفهمیم که اعتیاد، یکی از سخت‌ترین بیماری‌هاست. خدا را شکر، دخترم هرگز به طرف اعتیاد نرفت و در کار و زندگی‌اش موفق است. حالا خوب می‌دانم که خداوند بهترینها را در سرنوشت ما مقدر می کند. وظیفه ماست که بهترینها را بخواهیم و به دنبال بهترینها باشیم تا مخلوق خوب و قدرشناسی برای بهترین خالق هستی باشیم.

خیلی‌ها عمر شان را در تلاش برای نشان دادن ویژگی‌هایی که ندارند، تلف می کنند
• ساموئل جانسون

زیر نظر: علی کیانی موحد
شراره داودی - رویا سادات هاشمی

حمید محمدی، مجری

رفتم کوهنوردی مجری رادیو شدم!



تلفن را که برداشت، همه خاطرات عصرهای دوران راهنمایی و دبیرستانم به ذهنم هجوم آوردند! روزهایی که علاقه‌ام به فوتبال مرا پای اخبار ورزشی ساعت یک ربع به ۷ شبکه سه می‌نشاند. مهم نبود کجا هستم، ۱۵ دقیقه می‌خواستم که به اخبار گوش کنم و اینطور صدا و تصویر "حمید محمدی" را شناختم. آن روزها حمید محمدی فقط کسی بود که اخبار را می‌خواند و هیچ‌وقت فکر نمی‌کردم روبرویش بنشینم و به او بگویم که همه اخبار تیمهای محبوبم را با صدای او دنبال کردم. حمید محمدی متولد سال ۶۲ است، از آن دسته افرادی است که فکر می‌کنید به واسطه اخبار گو بودن، شخصیت خشک و عصا قورت داده‌ای دارد، اما شخصیت اصلی او را بیشتر در اجراهای گرم رادیویی‌اش می‌توان پیدا کرد. با اینکه صدایش را در نود و فوتبال ۱۲۰ بسیار شنیده‌ایم، اما به گفته خودش مطالعات اصلی‌اش بیشتر از اینکه ورزشی باشد، فلسفی است! گپ و گفت سه ساعته ما در روزهای جام جهانی و در بحبوحه‌های بازیهای ایران در دور گروهی اتفاق افتاد

■ همان ابتدا بدون اینکه ما سوالی بپرسیم حرفهایش را با تیم ملی و کی‌روش شروع کرد:

ممکن است با این حرفی که می‌زنم، خیلی‌ها هم اینجا و هم در خیابان با من مخالفت کنند، اما من حرفم را می‌زنم. من با کی‌روش موافق نیستم! این حرف را بدون تعارف می‌گویم، چون آخر دفاع کردن صفر-صفر است. حرف‌ها این است که کی‌روش توانسته سازمان دفاعی را که هیچ‌وقت در تاریخ نداشته‌ایم درست کند. اما چند سال؟ ۷ سال فقط برای دفاع گذاشته است. حالا تن و بدنمان از جلوی مراکش بازی کردن تا جلوی اسپانیا بودن می‌لرزد! آن‌وقت جوری می‌شود که وقتی فقط یک گل از اسپانیا می‌خوریم، مردم هم خوشحالی می‌کنند و بیرون می‌ریزند. خوشحالی بعد از بازی مراکش را می‌فهمم، اما باید بگردیم و ببینیم چرا بهترین تک‌به‌تک‌ها را سردار و کریم خراب می‌کنند. عیار تیم ملی ایران جام ملت‌های آسیا مشخص می‌شود. منی که امروز نسبت به تیم ملی نقدهایی را وارد می‌دانم سر بازی ایران-پرتغال و سر شوت کریم انصاری‌فرد چنان فریادی زدم که بچه کوچکترم یک ربع تمام از فریاد من گریه می‌کرد!

■ شما روی بحث فنی کی‌روش نکته‌ای ندارید؟

من از نظر آنالیز فنی فوتبال هیچ ایرادی به کی‌روش نمی‌توانم بگیرم. من احترام می‌گذارم که کی‌روش، وریا غفوری را نمی‌برد اما رامین رضاییان را می‌برد، رضاییان در بازیها خیلی خوب بود، در بازی با اسپانیا جوردی آلبا را کشت! اسپانیا با تاکتیک ارسال از کناره‌ها بازی می‌کند، از آن طرف ما از سردار ایراد می‌گیریم، اما سردار مهاجم نوک نبود، کی‌روش سردار رو بیخ بوسکتس نگه داشته بود. در یکی از صحنه‌های بازی بوسکتس را می‌بینیم که کاملا گیج وسط زمین ایستاده و گیر افتاده! مهاجم نوک تیم ملی را برای نگه داشتن هافبک تدافعی گذاشته بود. مهدی طارمی با وجود اینکه گل نزد، اما درخشان‌ترین بازی تمام عمرش را بعد از بازی با الوحده که نتیجه را برگرداند، مقابل اسپانیا انجام داد. واقعیت این است که یک نفر باید این نکته‌ها را برای مردم توضیح دهد؛ نقاط قوت تیم اسپانیا در کناره‌هاست، رامین رضاییان را عقب می‌برد، پورعلی گنجی هم نزدیک او بازی می‌کند، سعید عزت‌اللهی مجبور است در چپ و راست برود و بیاید، بنابراین سعید یکی کم است، پس طارمی را هم عقب می‌کشد. حتی در بازی با اسپانیا سه چهار صحنه می‌بینیم که طارمی توپ از اینیستا می‌گیرد. اینکه ما به خودباوری رسیده‌ایم درست است، اما خودباوری تا جلوی آرژانتین، دیگر بس است!

■ آقای محمدی شما در دانشگاه رشته مکانیک قبول شدید. اما چطور شد که وارد تلویزیون و اخبار شدید؟

سال ۸۲ وارد دانشگاه شدم، دقیقاً همان سالی که کار در رادیو را شروع کردم. من از بچگی خیلی دوست داشتم بازیگر یا خواننده شوم. هیچ کدام را هم نشدم. خودم فهمیدم که استعداد بازیگری ندارم. بعد تصمیم گرفتم که مجری شوم.

■ چه زمانی تصمیم گرفتید؟

دبیرستانی بودم که این تصمیم را گرفتم.

■ این تصمیم چطور در ذهنتان شکل گرفت؟

آقای سعید میناروش در آن سالها مجری شبکه ۲ بود، قیافه‌ای شبیه به مهران مدیری داشت، با صدای جذابش، جلوی دوربین می‌نشست و با حافظ خواندن شروع می‌کرد. دهه ۷۰ هم بود و می‌گفت سریال "سالهای دور از خانه" را با هم ببینیم! رویای من بدون تردید همین بود. البته آن زمان خانم مریم نشیبا در رادیو هم برایم شخص مهمی بود. از آنجا بود که احساس کردم دوست دارم مجری باشم.

■ حالا تصمیم مجری شدن گرفته‌اید، اما باز هم در دانشگاه رشته عجیبی را انتخاب کردید!

آن موقع کسی نبود که به ما کمک کند. من عاشق رشته مکانیک بودم و چند رشته مکانیک کشور را زدم و بقیه برگه انتخاب رشته را خالی گذاشتم. شاهرود قبول شدم. همزمان در دانشگاه آزاد کرج با رتبه ۱۳ هم قبول شدم که آزاد را برای درس خواندن انتخاب کردم. اما می‌خواستم خرج دانشگاهم را خودم بدهم و به همین دلیل از همان ابتدا کار کردم.

■ از همین‌جا بود که وارد صدا و سیما شدید؟

بله، اما همیشه دلم می‌خواست کارم را از صدا و سیمای تهران شروع کنم. ماجرا از یک روز صبح جمعه شروع شد که با یکی از دوستانم کوه می‌رفتم. مرکز رادیویی کرج پای کوه است، همان لحظه با خودم فکر کردم که کار را از همین‌جا شروع کنم! دوستم از علاقه من خبر داشت و پیشنهاد داد از مرکز رادیویی کرج کارم را شروع کنم. اما باورتان نمی‌شود من به قدری بی‌اطلاع بودم که اصلاً به این فکر نکردم که به هر حال اماکن دولتی حراست و

ستایشگر همیشه در حال پیشی گرفتن است

● جوینده

گیت ورودی دارند! همین‌طور از در ورودی داخل شدم! مسئول حراست هم دنبال من افتاد که کجا می‌روی؟ گفتم می‌خواهم تست بدهم! گفت مگر پنی‌سیلین است؟

تست دادید و قبول هم شدید، اما راه ورود به تلویزیون را چطور پیدا کردید؟

سال ۸۳ و درست یک سال بعد از ورودم به رادیو، روزنامه جام‌جم فراخوانی برای جذب گوینده خبر منتشر کرد. من اصلا قصد نداشتم گوینده اخبار شوم، مجری‌گری می‌خواستم، اما فرم را پر کردم، تست دادم و قبول هم شدم! (می‌خندد)

کسی به شما گفته بود صدای خوبی دارید؟

نه. اولین بار که کسی چنین حرفی را به من زد، داریوش کاردان بود. بعد از اینکه یک سال از حضورم در رادیو گذشت، داریوش کاردان دوره‌ای برای اجرا گذاشته بود، جلسه آخر و روز امتحان که به این شکل بود که روی سن میزی گذاشته بودند و هر کدام از ما وارد سالن می‌شدیم و بر اساس موقعیت‌هایی که می‌گفتند، اجراهایی داشتیم. من در همان روز به داریوش کاردان گفتم صدایم خوب است؟ در آن زمان اعتماد به نفس پایینی هم داشتم. آقای کاردان من را صدا کرد پیش خودش و گفت: "ببین بچه جون! هم صدای تو خوبه، هم صدای من خوبه، هم صدای قارقار کلاغ خوبه! هم صدای خش‌خش برگ خوبه! فقط وقتی چراغ دوربین روشن میشه، لوس بازی درنیار! خودت باش." هنوز که هنوز است وقتی میکروفون را روشن می‌کنند دقیقاً چهره آقای کاردان جلوی چشمم می‌آید.

بعد از پر کردن فرم فراخوان و قبولی، وارد تلویزیون شدید؟

تست ما سه مرحله بود و ورک‌شاپی برای ورود به شبکه جام‌جم برایمان گذاشته بودند. خدا رحمت کند آقای سنماری که استاد دوره ما بودند. جلوی دوربین می‌خواندیم، بعد همان را می‌دیدیم و ایرادها را می‌گفتند. جلسه اول به من گفتند که نباید جام‌جم بمانی، باید بروی تلویزیون داخلی! برای اینکه در تلویزیون داخلی اجرا داشته باشیم، تست را آقای حیاتی و دکتر احمدی که مدیر کل اخبار جام‌جم بودند می‌دیدند و نمره می‌دادند. تعداد خیلی زیادی تست گرفته بودند، می‌گفتند که همه تستها را با دور تند نگاه می‌کنند. هم صدا و هم تصویر برای آنها ملاک است، اما هر کسی را که چهره قابل قبولی داشته باشد، دور را کند می‌کردند که صدایش را هم بشنوند و ببینند چطور می‌خواند. دکتر احمدی من را صدا کرد، این در حالی‌ست که در آن جمع من کوچکترین فرد و ۲۰ ساله بودم. به من گفت که در دور اول همه به اتفاق آرا جوابشان منفی بود! دلیلشان هم این بود که من برای خبر سنم کم بود. اما برگ برنده‌ام این بود که وقتی به من گفتند یکی از برگه‌ها را بردار و خبر را بخوان، من گفتم هیچ کدام از اینها را نمی‌خواهم، علاقه من ورزشی است و خبر ورزشی هم می‌خواهم! همه برگه‌ها را گشتم و توانستم تنها یک برگ خبر ورزشی در آن پیدا کنم! خبر هم درباره مسابقات تور دو فرانس بود و خواندم. آقای احمدی تعریف می‌کرد که وقتی دور را کند کردیم، می‌خواستیم ببینیم این بچه‌پررو برای چه می‌خواهد وارد کار خبر شود! اما وقتی صدا را شنیدیم، همه به اتفاق آرا نظرشان مثبت بود.

ظاهراً خیلی اهل ادبیات هستید، در متنهایی هم که می‌خوانید استفاده از عبارات فارسی زیاد است، تعمدی در این کار دارید؟

من برای زبان فارسی احترام ویژه‌ای قائلم، برای همین در اجراهای تلویزیونی با انگلیسی صحبت کردنهای صرف، آن هم به معنی اینکه من آدم باسوادی هستم از بیخ و بن مشکل دارم. مشکل از جایی است که جوانهای ما قبل از اینکه سعدی و حافظ بخوانند، هایکو می‌خوانند و قبل از جمالزاده، مارکز. در این شرایط پیمان یوسفی فارسی گزارش می‌کند و من هم خیلی با او موافق هستم، اصلا موافق این نیستم که از تولیدات دیگران در صحبت‌ها استفاده شود. از طرفی فکر می‌کنم آدم باید مولف باشد، همان‌طور که عادل فردوسی‌پور هست، از او گزارشگر بودن می‌جوشد!



همکاری شما با برنامه ۹۰ چطور اتفاق افتاد؟

شهریور سال ۸۵ بود که همزمان با برگزاری بازیهای آسیایی مزدک میرزایی به خارج از کشور اعزام شد. آن موقع آقای فردوسی پور با من تماس گرفت و از من خواست که موقتاً برای دو هفته بعدی در "نود" به جای مزدک، آیتمها را بخوانم که من هم قبول کردم و رفتم. البته به مرور در برنامه ماندگار شدم. این را هم بگویم که اوایل آیتمهایی هم که می‌خواندم تعداد چندانی نداشت و خود عادل هم آنها را می‌نوشت. بعدها شکل برنامه عوض شد و به سمت آیتمیک شدن و نوشتار رفت تا جایی که عادل الان خودش چیزی را نمی‌نویسد، برنامه تیم نویسندگان دارد و او مثل سوپروایزر بچه‌هاست، یعنی متنها را می‌خواند یا اگر لازم باشد کم و زیادشان می‌کند. هنر عادل جمع کردن آدمهای کار درست و ساختن یک تیم بود. بچه‌هایی که به نوعی همه مثل خودش خوره و دیوانه فوتبال هستند و کل کل می‌کنند. برای همین وقتی دو فصل از فوتبال ۱۲۰ گذشت و بچه‌ها چم و خم کار تصویر را یاد گرفتند و توانستند فضای ژورنالیسم را با فضای رسانه تصویری هماهنگ کنند. عادل اعتماد به نفسی پیدا کرد که با آن برای برنامه "۲۰۱۴" به تلویزیون طرح داد.

سری اول فوتبال ۱۲۰ چگونه مطرح شد؟

موضوع این است که طرح مجله فوتبال خارجی با نگاه ایرانی ظاهراً ایده‌ای بین محمد حسین میثاقی و عادل فردوسی‌پور بود. یک روز من زیر پل اوین در راه سازمان بودم که دیدم عادل با من تماس گرفت و گفت کجایی؟ گفتم "تا ساعت ۹ شب سر خبر هستم." یک ربع بعد دوباره زنگ زد و گفت "من برنامه‌ای برای شبکه ورزش دارم که امشب قرار است ساعت ۱۰:۳۰ روی آنتن برود تو بیا اجرا کن!" حالا ساعت چند بود؟ هشت شب (با خنده). سراغ عادل که رفتم همان ابتدای کار گفت که شبکه ورزش به خاطر اینکه محمد میثاقی گزارشگر و مجری شبکه سه است به او اجازه اجرا نداده‌اند. همین شد که از من خواست تا زمانی که مشکل میثاقی برای کار در شبکه ورزش حل می‌شود من اجرای فوتبال ۱۲۰ را به عهده بگیرم. من از حرف عادل استقبال کردم؛ چون حرف آخر را اول زده بود. دو فصل و نیم مجری فوتبال ۱۲۰ بودم. دوره‌ای که با نداری‌ها و بی‌بضاعتی‌های برنامه ساختم. آن دوران برنامه در استودیوی ولیعصر روی آنتن می‌رفت جایی که رژی نداشت و واحد سیار کار را پخش می‌کرد. مثلاً عادل حین برنامه می‌دوید و می‌آمد می‌گفت این را بگو دوباره می‌دوید و سمت واحد سیار برمی‌گشت. زمانی که نه استودیو، نه اسپانسر و نه دکور خاصی داشتیم.

به اجرای شما در رادیو برگردیم؛ شما در رادیو یک اجرای کاملاً متفاوت دارید، اجرایی طنز و این بار نه برای برنامه‌های ورزشی؟

اینکه خیلی‌ها به من می‌گویند چرا در رادیو اجتماعی اجرا می‌کنم برای این است که نمی‌خواهم انگ ورزشی بودن به من بخورد. من همچنان سعدی و مولانا می‌خوانم و مطالعاتم ورزشی نیست فلسفی است. الان شاید بگویم چه کتابی می‌خوانم ریا می‌شود. (با خنده)

چه کتابی؟

کیمیای سعادت امام محمد غزالی.

سمیرا افتخاری

نگاهی به هزارپا

صرفاً جهت خنده



هزارپا آخرین ساخته ابوالحسن داوودی در مقام کارگردان است. فیلمی در ژانر کمدی آن هم با حال و هوای کمدیهای این روزهای کشور. ژانری که هر از چند گاهی داوودی را به سمت و سوی خودش می کشد و مقاومت او را در مقابل وسوسه‌های تجارتی ترین نوع سینما در ایران یعنی کمدی می‌شکند تا باز هم داوودی نماینده‌ای را از هر آنچه کلیشه‌های سینمای کمدی روز است در یک فیلم جمع کند و یک دایر کتوری کامل و البته قابل دیدن از سینمای کمدی مرسوم آن روزگار باشد.بدون شک اگر سالها بعد یک نفر بخواهد بداند در کمدی این روزهای کشور چه اتفاقی جریان داشته، می تواند هزارپا را ببیند تا هر آنچه پتانسیل طنز سینمای کمدی این روزهای کشور است را یک جا تماشا کند.روزی بود که در سینمای تجاری کشور یک دختر جوان و یک پسر جوان و یک موتور کورسی احتیاج بود تا جوانان از عشق بسرایند و تهیه کنندگان فیلمهایشان بفروشد. در آن روزها داوودی "نان، عشق، موتور ۱۰۰۰ " را به همین صراحت ساخت. این روزها در سینمای تجاری کشور یک رضا عطاران در زمان انقلاب و کمی لودگی به همراه یک خروار دیالوگهای جنسی و تمسخرآمیز احتیاج است تا مردم سراپا غم و اندوه و گرفتاری بخندند و تهیه کنندگان فیلمهایشان بفروشد. در این روزها داوودی هزارپا را به همین صراحت ساخت.

هزارپا داستان دو کیف قاپ و ساقی مشروبات الکلی به نامهای رضا (با بازی رضا عطاران) و منصور (با بازی جواد عزتی) است که در اوضاع و جریانات انقلابی دچار یک تضاد پررنگ با جامعه هستند. در یکی از کیف قاپیها، کیف اسناد یک باند خلافکار بسیار خطرناک را می‌دزدند و از جانب آنها تحت تعقیب قرار می گیرند. از طرفی رضا که قصد ازدواج با یک دختر پولدار به نام الهام عباسی (با بازی سارا بهرامی) را دارد و وقتی متوجه می‌شود الهام نذر کرده با یک جانباز ازدواج کند، از معلولیّتش سوء استفاده می کند تا خود را جای یک جانباز جا بزند. او در آسایشگاه خود را جای رزمنده‌ای جا می‌زند و سازمان مجاهدین(منافقین) به دنبال اوست بنابراین از طرفی باند تبهکاری و از سویی مجاهدین به دنبال او هستند و در یک مکان همه اینها به هم برخورد می کنند.

کمدی اتفاقی

هزارپا داستانی کاملاً قابل پیگیری و همچون بسیاری از کمدیها مبتنی بر اتفاق و حادثه دارد. حادثه‌های متعدد که کاراکتر اصلی را به سمت و سوی ماجرایی خاص می‌برد. داستانی اندازه یک فیلم سینمایی با داستانکهایی پیرامون داستان اصلی که به جذابیّت آن می‌افزاید.هزارپا برخلاف بسیاری از کمدیهای همانند خودش داستان کافی و نرمالی برای یک فیلم جذاب کمدی دارد و پایه و اساس بسیاری از شوخی‌هایش در روند داستانی فیلم و در فضای حاصل از آن ایجاد می‌شود.داستان جانبی دایی کامران (با بازی مهران احمدی) و مادر منصور (با بازی شهره لرستانی) و شوخی‌هایش و پیکان جوانان گوجه‌ای به عنوان مهمترین داستانک فیلم خوب و جذاب پرداخت شده بود و تا پایان فیلم نیز شوخیهای پینگ پونگی جالبی را رقم زد از جمله دست به دست شدن دایی کامران بین خلافکاران و رابطه پنهانی‌اش با مادر منصور و در اوج آن از بین رفتن پیکان و شوخی نهایی دایی کامران و منصور در رابطه با پشت قباله ازدواج انداختن پیکان.

کارگردانی فیلم نیز در ایجاد فضا و شوخیهای فراوان مبتنی بر فضا و کمدی موقعیت بسیار قابل قبول است، مخصوصا جاهایی که پای معلول رضا این فضا را ایجاد می کند. صحنه‌های اکشن گاه و بیگاه فیلم نیز مویّد این سخن است و فیلم در داستان و کارگردانی نمره قابل قبولی دریافت می کند.

فیلمی ضد زن!

اما آن چیزی که موجب می‌شود هزارپا در نهایت فیلم خوبی نباشد، در آن چیزی است که دقیقا مشکل سینمای کمدی ماست و آن عدم وجود خلاقیّت و پایه و اساس داستانی و فضای کمدی است.چطور می‌شود که در سینمای آمریکا هر فیلم کمدی یک داستان منحصر به فرد دارد که مخاطب را گاه در مواجه با چنین داستانهایی متعجب می کند. این فیلمها با هزینه‌های خیلی بالایی نیز ساخته نمی‌شوند، اما یک ایده داستانی منحصر به فرد دارند. راجع به کاراکترهای متفاوتند و دنیایی متفاوت از یکدیگر دارند. اما کافیست مقداری خلاقیّت در یک فیلم ایرانی رخ دهد تا کپی کاریهای تم داستانی اتفاق بیفتد. مگر یک رضا عطاران در بستر انقلاب و تغییرات جامعه و تضاد او با این فضا چقدر پتانسیل دارد که چند سال است ما فقط چنین چیزی می‌بینیم؟! مگر جواد عزتی به عنوان یک پخمه در کنار یک پارتنر داناتر چقدر ظرفیت دارد که مدتهاست در حال تماشای آن هستیم؟! تا کی می‌شود داستان دختر پولدار و پسر فقیر را به اشکال مختلف به خورد تماشاگر داد؟! تا کی کارگردانان ما همچون آقای داوودی می‌خواهند با شوخیهای جنسی کلامی بسیار سخیف و خجالت آور کمدی خود را خنده دار کنند؟!اما سخیف‌ترین و ضد فرهنگی‌ترین مضمون داستانی فیلمنامه، نگاه فیلم به زنان است. جا دارد فعالین حقوق زنان که امروز خیلی هم فعال شدند به این فیلم به صورت جدی اعتراض کنند. نگاه این فیلم به زنان به شدت ضد زن و در مواردی اصلا غیر انسانی است. واقعا به عنوان یک مخاطب، به هیچ عنوان وقتی کل مردان فیلم یک زن چاق را که مایل به ازدواج با همه مردان نیز هست مسخره می کنند نه تنها خنده‌دار نمی‌بینم، بلکه حسی کاملا متضاد را تجربه می کنم. شخصیت الهام نیز با آنکه در ابتدا یک خانم دکتر آگاه و مقتدر نشان میداد، اما همچون شخصیت مدیر فیلم ورود آقایان ممنوع به یکباره ابله می‌شود و کارهای آنچنان مسخره‌ای انجام می‌دهد که او را به کلی از روند فیلم جدا می کند. این اتفاق در رابطه با کاراکتر الهام مقداری به بازی سارا بهرامی و قسمت عمده آن در فیلمنامه است. نگاه فیلم به زن به هیچ عنوان در این فیلم نمایانگر ظرفیت وجوه کمدی یک خانم نیست و هزارپا در این زمینه نیز کاری فراتر از کپی از اشکال تیپیکال نگاه به زن در فیلمهای کمدی و حتی فیلمفارسی نمی کند.

در پایان باید گفت هزارپا نیز مثل دیگر کمدیهایی با نام حیوانات از نامگذاری‌اش گرفته تا فضای داستانی‌اش تا طراحی کاراکترهایش خلاقیت چندانی ندارد و کپی دوباره فیلمهایی با چنین فضاهایی است. ظرفیت چنین کمدیهایی به واقع به پایان رسیده است و عوامل فیلم باید بدانند ماهیهایی که به دست می آورند فقط و فقط حاصل از گل آلود بودن آب اجتماعی است که در آن زندگی می کنیم و می کنند.

کمدی‌ها کماکان در صدر



سینماهای کشور در هفته گذشته، شاهد فروش ۷۰۰ میلیونی جدیدترین فیلم بهروز شعیبی بودند. سینماهای کشور در هفته‌ای که گذشت شاهد فروش استانداردی برای فیلمهای سینمای ایران بودند. فروشی که همچنان سهم فیلمهای کمدی از آنها بیشتر است و در این بین فیلم سینمایی "تگزاس" و "خجالت نکش" توانستند مخاطبان بیشتری را به سمت خود جذب کنند.

جدیدترین آمار فروش فیلمهای سینمای ایران به شرح زیر است:

"تگزاس": ۱۲ میلیارد و ۴۰۰ میلیون تومان
"خجالت نکش": ۴ میلیارد و ۱۵۰ میلیون تومان
"چهارراه استانبول": ۳ میلیارد و ۱۵۰ میلیون تومان
"دلم می‌خواد": ۱ میلیارد و ۲۵۰ میلیون تومان
"دشمن زن": ۱ میلیارد و ۸۰۰ میلیون
"هزارپا": ۷۰۰ میلیون تومان
"دار کوب": ۷۰۰ میلیون تومان
"به وقت خماری": ۴۰۰ میلیون تومان
"خاله قورباغه": ۲۵۰ میلیون تومان
"در وجه حامل": ۱۷۵ میلیون تومان
"شماره ۱۷ سهیلا": ۹۰ میلیون تومان

آشنایی بیشتر با پردرآمدترین بازیگر جهان

دواین جانسون ،بازیگر سرشناس و پرکار این روزهای هالیوود و بویژه فیلمهای اکشن که بیشتر با نام "راک" شناخته می‌شود اکنون یکی از گرانقیمت‌ترین ستاره‌های هالیوود است.این بازیگر عضلانی و غول پیکر از زمان حضور در دنیای کشتی تا به امروز راه دراز و پرفراز و نشیبی را طی کرده است و این روزها نیز یکی از سوپراستارهای هالیوود به شمار می آید که حضورش در هر فیلم می‌تواند تضمین کننده فروش قابل توجه آن باشد.راک در فیلمهایش معمولاً دیالوگهای بلندی ندارد و بیشتر به خاطر ظاهر عضلانی و ورزیده و البته حرکات و بدلکاریهای خارق العاده‌اش شناخته می‌شود. دواین جانسون همچنین یکی از شناخته شده‌ترین چهره‌ها در رسانه‌های اجتماعی است که میلیونها فالوور در فیسبوک و توئیتر دارد و تعداد فالوورهای او در اینستاگرام به بیش از ۱۰۰ میلیون نفر می‌رسد.

شهرت او به حدی است که حتی در مورد نامزد شدن او برای انتخابات ریاست جمهوری آمریکا هم خبرهایی مطرح شده است. علاوه بر این، جانسون نحوه کسب درآمد از رسانه‌های اجتماعی را نیز یاد گرفته و بازاریابی در هالیوود را با رویکرد جدید خود به کلی تغییر داده است. فهرست تهیه شده توسط مجله فوربس از پردرآمدترین شخصیتهای دنیای سرگرمی، دواین جانسون را در رتبه پنجم قرار داده است که بر اساس گزارشهای این مجله از ژوئن ۲۰۱۷ تا ژوئن ۲۰۱۸ بیش از ۱۲۴ میلیون دلار درآمد داشته که تقریباً دو برابر درآمد ۶۵ میلیون دلاری او در یک سال قبل از آن است.

در مصاحبه ای که مجله فوربس با دواین جانسون داشته، مشخص شده است که درآمدهای وی تنها مربوط به دستمزد بازی در فیلمها و درصدهای تعیین شده از فروش کلی فیلمها نیست بلکه بخشی از ثروت او از طریق حسابهای رسانه‌های اجتماعی او تامین می‌شود که روز به روز نیز در حال افزایش است. او علاوه بر دریافت دستمزد توافقی خود با تهیه کنندگان و درصدی از فروش کلی فیلم، مبلغی نیز به خاطر تبلیغ این فیلمها در اکانتهای رسمی خود در رسانه‌های اجتماعی دریافت می کند به نحوی که تنها این مبلغ یک عدد دست کم ۷ رقمی بوده است (فراتر از یک میلیون دلار.)



این بازیگر سرشناس، خود در این باره چنین می‌گوید: "رسانه‌های اجتماعی برای من به ضروری‌ترین عنصر بازاریابی یک فیلم تبدیل شده‌اند. من یک سرمایه رسانه‌ای را با مخاطبانم در سراسر دنیا به اشتراک گذاشته‌ام که چیزی که من برای آنها قرار می‌دهم دارای ارزش است".
این شیوه جدید بازاریابی، روشهای سنتی بازاریابی برای فیلمها را دگرگون کرده و باعث شده که سلبریتی‌ها روشهای جدیدی برای درآمدزایی از طریق رسانه‌های اجتماعی خود داشته باشند.

با دنیای مجازی



بانو لیلی گلستان، خواهر کاوه گلستان و مادر مانی حقیقی، در حرم آقا امام رضا (ع)



سحر جعفری جوزانی و رویا تیموریان در پشت صحنه فیلم "پشت دیوار سکوت" آخرین ساخته مسعود جعفری جوزانی



محمدرضا شریفی نیا در گریم جالب یک داعشی در فیلم کمدی "دختر شیطان"



علی علیپور و پسرش در جشن تولد همسر

چه غصه‌هایی به خاطر اتفاقات بدی که هرگز در زندگی‌ام پیش نیامد، خوردم
● میکل آنژ

با الهام از واقعیت

نگارش: سیده فریبا زواره‌ای (بمانی)
fariba_zavarei@yahoo.com
همراه: ۰۹۳۳۹۵۵۸۰۹۴

می‌خواستم زهر چشم بگیرم

از دفتر بند که بیرون آمدیم نمی‌توانست روی پاهایش بایستد، پاهایش می‌لرزید، حتی چند مرتبه زانوهایش خم شد. زیر بغلش را محکم گرفتم که روی زمین نیفتد. آن لحظه نمی‌دانستم چه بگویم. اصلاً چطوری دلداری‌اش بدهم. مثلا بگویم قوی باش! نترس... شاید حکم اعدامت بشکنند و حبس ابد بگیری. خوب حبس ابد بگیرد که چه؟ که تا ابد زندانی باشد یا نه بعد از چند سال حبس ابدش تبدیل شود به ۱۵ سال حبس. بعد از پانزده سال از یک زن زجر کشیده چه باقی می‌ماند؟ آزاد که شود تازه اول بدبختی و دربه‌دری‌اش است.

کشان کشان او را تا بند خودمان بردم. داخل اتاقمان که شدیم، بقیه در سکوت سری تکان دادند و با ترحّم به صدیقه نگاه کردند. انگار که طناب دار را دور گردنش دیده بودند. سرم را تکان دادم و بقیه فهمیدند باید بروند بیرون. می‌خواستم با صدیقه تنها باشم. می‌دانستم در این شرایط هیچ چیز به اندازه تنهایی نمی‌تواند به آدم کمک کند. حال صدیقه را خوب می‌فهمیدم. ده سال پیش من هم یک همچین روزی داشتم و یک همچین حالی، وقتی حکم قصاصم آمد دنیا پیش چشمم تمام شد. اما از آن روز ده سال می‌گذرد. اعدام نشدم، اما حبس گرفتم ولی گاهی آنقدر عرصه برایم تنگ می‌شود که می‌گویم کاش اعدام می‌شدم.

صدیقه را روی تخت خواباندم، برایش شربت آبلیمو درست کردم و در سکوت لیوان یخ را به صورتش چسباندم. بغضش ترکید. همین خوب بود. گریه‌اش که شروع شد، دهانش هم باز شد. دستم را گرفت و گفت:

ـ کشور خانم! من هیچ وقت مادر به خودم ندیدم. اما تو برایم مثل مادر بودی، راستش را بگو، مرا اعدام می‌کنند؟ درد دارد؟ مردن سخت است نه؟! بچه‌ام چه می‌شود؟ به او چه می‌گویند؟! اصلاً او را می‌آورند تا او را برای آخرین بار ببینم؟ نکند بیاورند تا لحظه اعدام مرا تماشا کند؟ وای، خدا...

تب کرده بود. هذیان می‌گفت. صبر کردم تا کمی آرام شود. گریه‌اش که بند آمد، شربتش را که خورد، با چشمهایی که بی‌حال و بی‌رمق بود، نگاهم کرد و گفت:

ـ مادرم سر زا رفت. من سه ساله بودم که مُرد. حتی قیافه‌اش هم یادم نیست. عکسهایش را دیدم اما از خودش هیچ چیز یادم نیست. بعد از مرگ مادرم، پدر ماند و دو بچه قد و نیم قد و یک نوزاد مریض احوال. چه کار باید می‌کرد، جز اینکه زن بگیرد؟ عمه و خاله که نمی‌توانستند برای ما مادری کنند. این طرف و آن طرف بالاخره از یک روستا دست زنی را که بچه‌دار نمی‌شد گرفت و آورد سر خانه و زندگی‌اش. شرط و شروطش هم این بود که باید برای ما مادری کند نه زن پدری. از خدا که پنهان نیست از تو هم پنهان نماند، سکینه خانم زن خوبی بود. نه اهل دعوا کردن بود، نه اهل چغلی و آشوب به پا کردن. هم برادر مریضم را بزرگ کرد، هم برای من و خواهر بزرگم مادری کرد. تنها اخلاق بد سکینه خانم این بود که خیلی حسابگر بود. خرج خانه دست او بود و او هم با خساست خرج می‌کرد. همیشه ارزان‌ترین چیزها را می‌خرید. لباس نو برای ما نمی‌خرید. خودش کمی خیاطی بلد بود. پارچه‌های تکه‌ای و گاهی کیلویی بازار را می‌خرید و کج و کوله برایمان لباس می‌دوخت. در طول مدرسه حتی یکبار برای ما کیف نخرید. خودش می‌دوخت.

آنقدر خساست داشت که به جرات می‌توانم بگویم حسرت همه چیز به دل من و خواهر و برادرم مانده، از یک دل سیر میوه خوب تا یک دست لباس نو. تنها چیزی که نو می‌خریدیم کفش و دمپایی بود که یادم هست شب تا صبح بالای سرمان می‌گذاشتیم و بارها و بارها شب از خواب بیدار می‌شدیم واز ترس اینکه در خواب دیده باشیم، دستی روی آنها می‌کشیدیم ودوباره می‌خوابیدیم.

من با این سختیها بزرگ شدم، خواهر بزرگم دیپلم که گرفت رفت سر کار و شد کمک خرج پدرم. من اما سیکل که گرفتم ترک تحصیل کردم. حال و حوصله درس خواندن نداشتم. نه...

بهتر است راستش را بگویم. خجالت می‌کشیدم با آن سر و وضع به مدرسه بروم. خواهرم آن موقع هنوز سر کار نمی‌رفت و او هم محصل بود. برای همین من ترک تحصیل کردم. سکینه خانم تا دید من خانه نشین شده‌ام گفت پس زودتر ازدواج کن. شاید حق با او بود. اگر من زودتر ازدواج می‌کردم بار اضافه‌ای از دوش پدرم برداشته می‌شد. خودم هم خسته شده بودم از آن زندگی. اینکه به جای گوشت چرخ کرده مجبور باشی پوست و امعا و احشای چرخ شده مرغ را بخوری و حرفی نزنی. اینکه لباسهای بددوخت سکینه خانم را بپوشی و صدایت هم درنیاید. اینکه میوه‌های لجن شده میوه فروشی را بشوری و لک و پیس و لهیده و گندیده‌اش را بگیری تا اندکی میوه بخوری! همه اینها زجردهنده بود، برای همین وقتی سکینه خانم پیشنهاد داد ازدواج کنم، سرم را پایین انداختم و با شرم گفتم هر چه آقام و شما صلاح بدانید.

اما ته دلم غنج زد. آن شب تا صبح خوابم نبرد. خودم را در لباس عروس می‌دیدم. اینکه در آشپزخانه خودم آشپزی می‌کنم. در خانه خودم کار می‌کنم و در خانه خودم زندگی می‌کنم. احسان که به خواستگاری‌ام آمد، تا آن روز او را ندیده بودم. پدرم هم آنها را نمی‌شناخت. غریبه بودند. گویا آنها یکی دو بار اتفاقی مرا دیده بودند و بعد که فهمیده بودند سکینه خانم، زن پدرمان است گفته بودند دخترهایی که با نامادری ساختند و بی‌سر و صدا زندگی کردند، بهترین دختر برای زندگی هستند. بساز و قانع و صبور و آرام ...و به این ترتیب پا پیش گذاشتند. پدرم همان روز مرا به گوشه‌ای برد و گفت مجبور نیستم اینقدر زود ازدواج کنم و تا هر وقت دوست دارم می‌توانم در خانه‌اش بمانم اما من دیگر خودم دلم نمی‌خواست.

مراسم عقد من و احسان خیلی زود سر گرفت. پدرم دوست نداشت نامزد بمانیم. حتی با عقد ماندنمان هم موافق نبود. شش ماه بعد با مقدار وسایلی که سکینه خانم به عنوان جهیزیه برایم تهیه کرده بود، عروسی‌ام سر گرفت. کم و کسر



اگر می‌خواهی بنده کسی نباشی، بنده هیچ چیز نشو

● ژاله دوال

زیاد داشتیم. به قول پدرم جهیزیه‌ام آنقدر بود که برای پخت و پز و خوابیدن به چیزی نیاز نداشته باشیم. احسان پسر خوبی بود. کارگر یک چاپخانه بود، اما دست و پادار بود. هم آنجا کار می کرد، هم پیک موتوری بود.

شبها هم در مغازه یکی از دوستانش کار می کرد. از کار کردن خجالت نمی کشید. می گفت از بچگی کار کرده، حتی توالت هم شسته. برایش پول حلال مهم بود. حتی اگر قرار بود کفش واکس بزند، هرچه را درمی آورد به من می‌داد. من صرفه جویی را از سکینه خانم یاد گرفته بودم. ولخرجی نمی کردم. البته مثل سکینه خانم هم خسیس نبودم. کم می‌خریدم اما سعی می کردم چیزهای خوب بخرم. زندگی خوبی داشتیم. خیلی خوب، آرامش داشتیم، آسایش داشتیم. دخترم سه سال بعد از ازدواج به دنیا آمد. احسان عاشق بچه بود. خصوصاً دختر. یلدا که به دنیا آمد، روی زمین بند نبود. مرد به بچه دوستی او ندیده بودم. می گفت می‌خواهد یلدا را روی چشمهایش بزرگ کند. از لحظه به لحظه یلدا عکس و فیلم می گرفت. وقتی به خانه می‌رسید به من می گفت تو دیگر به یلدا کاری نداشته باش. همه کارهایش با من، از درست کردن شیر کمکی تا عوض کردن پوشک و لباس یلدا را خودش انجام می‌داد. محال بود یک شب دست خالی به خانه بیاید و برای یلدا چیزی نخریده باشد. حتی شده یک پستانک جدید. زندگی ما هیچ چیز کم و کسر نداشت. انگار خدا می‌خواست همه سختی‌های گذشته‌ام را جبران کند. هیچکس حتی فکرش را نمی کرد که زندگی آرام ما را چیزی خراب کند. تا اینکه خواهرم ازدواج کرد و آدم جدیدی به عنوان باجناق وارد زندگی ما شد. من و خواهرم ارتباط نزدیکی با هم داشتیم. دختری که مادر ندارد، خواهر بزرگتر برایش مثل مادر است. خواهر من هم چه زمانی که مجرد بودم، چه وقتی متاهل شدم برایم مثل مادرم بود. اما هر کاری می کردم از شوهرش خوشم نمی‌آمد. احمد آقا مرد بدی نبود، اما من حس خوبی به او نداشتم. همان اوایل هم به احسان گفتم که با اینکه خواهرم را خیلی دوست دارم اما دلم نمی‌خواهد او با احمد خیلی صمیمی شود. نمی‌توانستم توضیح قانع کننده‌ای به احسان بدهم، فقط گفتم به نظرم او یک جوری است!چند وقت بعد، یک روز به پیشنهاد خواهم به پیک نیک رفتیم، وقتی برگشتیم احسان خیلی سربسته به من حالی کرد که حق با من بوده و احمد واقعاً یک جوری است!

از نگاههای احمد اصلاً خوشم نمی‌آمد. خنده‌هایش چندش آور بود. دلم می‌خواست به خواهرم بگویم با او به خانه ما نیاید، اما نمی‌شد. خواهرم بود و حتما دلش می‌شکست. بنابراین هیچ نگفتم و تحمل کردم. سکوت من و تحمل من چیزی را عوض نکرد جز آنکه او به خاطر آنکه شوهر خواهر من و باجناق احسان بود، کم کم بیشتر از قبل با ما رفت و آمد پیدا کرد. نمی‌دانم چرا ما آدمها بعضی وقتها اینطوری می‌شویم. چرا فکر می کنیم به خاطر اینکه دل یک نفر نشکند باید خودمان زجر بکشیم. البته شاید فقط مسأله دل شکستن نبود. من نمی‌خواستم زندگی خواهرم از هم بپاشد. احمد آدم عوضی و هرزه‌ای بود. این را از شوخی‌هایش فهمیدم. اینکه چند مرتبه سعی کرد دست مرا لمس کند. اینکه وقتی بیرون می‌رفتیم زیاده از حد خودش را به من نزدیک می کرد و یک بار وقتی به او اعتراض کردم، گستاخانه گفت که از قدیم گفته‌اند خواهرزن، نان زیر کباب است و...

حالم از این همه وقاحتش به هم خورد، اما چیزی نگفتم. نگفتم چون می‌ترسیدم خون به پا شود. چون از آبروریزی می‌ترسیدم. می‌ترسیدم احسان بلایی سر احمد بیاورد. تنها کاری که از دستم برمی آمد این بود که از او دوری کنم. رفت و آمدم را به خانه خواهرم کم کردم. سعی کردم فقط وقتی پدرم و سکینه خانم هم آنجا هستند به خانه خواهرم بروم. اکثر اوقات خواهرم را وقتی شوهرش نبود دعوت می کردم به خانه‌ام بیاید و به دروغ به خواهرم حالی می کردم که احسان دوست ندارد کسی سر زده به خانه‌مان بیاید.فکر می کردم به این ترتیب احمد خودش را جمع و جور می کند، اما او هر روز وقیحتر از قبل می‌شد. حالا دیگر تلفنی مدام اذیتم می کرد. پیامهای ناجور می‌فرستاد. استیکرهای زشت و گاهی فیلمهای مستهجن.هر بار او را بلاک می کردم، او سیم کارت دیگری می گرفت و دوباره شروع می کرد به پیامهای بد فرستادن. چند مرتبه خودم شماره‌ام را عوض کردم، اما هر بار به هر وسیله‌ای که شده بود، شماره‌ام را پیدا می کرد.

تصور کن هفت سال این وضع را تحمل کنی. هفت سال من از طرف این مرد اذیت و آزار روحی و روانی شدم. کار به جایی رسید که شروع کرد به تهدید کردن می گفت باید از احسان طلاق بگیرم و به عقد موقت او دربیایم؟! حال و روز خوبی نداشتم. تهدید کرده بود اگر طلاق نگیرم احسان را می کشد. احسان فهمیده بود مشکلی پیش آمده اما هیچ وقت به ذهنش نمی‌رسید احمد اینقدر پست باشد که چنین پیشنهاد وقیحانه‌ای را مطرح کرده باشد. تا اینکه یک روز وقتی احمد قسم خورد که احسان را می کشد، دیگر طاقتم تمام شد. آن شب فکر نمی کردم احسان را دوباره ببینم. با خودم عهد بستم وقتی احسان آمد، همه ماجرا را برایش بگویم. وقتی احسان آمد، انقدر از آمدنش خوشحال شدم و آنقدر غرق بازی احسان و یلدا شدم که دلم نیامد دنیای شادمان را با یادآوری تهدید احمد خراب کنم، در عوض نقشه‌ای کشیدم.

روز بعد خودم به احمد پیام دادم و او را دعوت کردم که به خانه‌مان بیاید. همه چیز را از قبل آماده کرده بودم. یلدا مدرسه بود. همین که احمد وارد خانه‌مان شد از پشت به او حمله کردم. نمی‌خواستم او را بکشم. قصدم این بود که از او زهر چشم بگیرم. اما چاقو را به جای سمت راست، سمت چپ سینه او فرو کردم چون یک لحظه احمد برگشت و سمت چپ او مقابل سمت راست من قرار گرفت و خلاص.

خودم به اورژانس زنگ زدم. حتی به خواهرم و به احسان زنگ زدم. آنها باورشان نمی‌شد. البته بعدها خواهرم گفت که می‌دانسته احمد مرا اذیت می کند، اما به خاطر اینکه مبادا احسان عکس العملی نشان بدهد، به روی خودش نمی‌آورده. من همان روزهای اول همه ماجرا را برای احسان گفتم، فکر نمی کردم احسان از من روبرگرداند، اما روبرگرداند. چون فکر نمی کرد این همه مدت موضوع به این مهمی را از او پنهان کرده باشم. احسان طلاقم داد چون نمی‌خواست مادر دخترش یک قاتل باشد. حتی او را نمی آورد که مرا ببینند. به او گفته‌اند من مریضم و بیمارستان بستری هستم. قسم خورد که خبر مرگ مرا به یلدا بدهد اما خبر قاتل بودن و زندانی بودن مرا نگوید!

زندگی‌ام از هم پاشید کشور خانم! حالا چه کار کنم؟ حالا که حکم قصاصم آمده، خانواده احمد حتی نمی‌خواهند خواهرم را ببینند چه رسد به آنکه رضایت بدهند. حتما مرا اعدام می کنند آن هم با این رسوایی و بدنامی! کاش همان روز اول ماجرا را به احسان می گفتم. شاید اصلاً این فاجعه اتفاق نمی‌افتاد. زندگی‌ام نابود شد کشور خانم، نابود.

روی دیگر سکه

صدیقه راههای زیادی برای حل این معضل داشت. حتی اگر نمی خواست مسأله را با خواهرش و یا احسان در میان بگذارد، می توانست در درجه اول از پدر و زن پدر خودش و بعد از پدر و مادر احمد کمک بخواهد و با تهدید او به شکایت، موضوع را حل کند. اگر از این راه مشکلش حل نمی‌شد می توانست در یک جمع با حضور همسرش و خواهرش مسأله را طرح و از آنها کمک بخواهد. صدیقه تصور می کرد با پنهانکاری و نگفتن حقیقت به همسرش و یا خواهرش کار درستی انجام می‌دهد، درحالیکه پنهانکاری مثل دروغگویی است حتی کثیفتر از آن. چرا که اگر صدیقه برای هفت سال موضوع به این مهمی را از همه پنهان نمی کرد کار به آنجا نمی کشید که احمد پیشنهاد طلاق و تهدید به کشتن احسان را مطرح کند. همه اینها از آنجا ریشه می گیرد که صدیقه با بی توجهی تمام از خطری که وجود داشت مدام سعی در پنهان کردن این موضوع داشت. زمان طلایی حل مشکلی وقتی از دست رفت، دیگر حل کردن آن مشکل به راحتی نخواهد بود. تعلل و نادیده گرفتن مسایلی با این اهمیت جز آنکه راه را برای ریشه‌دار شدن و بحران آفرینی آن مسأله هموار کند نتیجه دیگری به دنبال نخواهد داشت.

مصطفی گلیاری
sooshtraa@yahoo.com

ما هم کربلایی داریم

این دو عکس را محمدعلی بهوند یوسفی اهل رامهرمز گرفته و فرستاده. در یکی از عکسها بچه‌ای دارد با ولع مایه حیات می‌بلعد، در عکس دیگر هم حجم زیادی آب دارد هرز می‌رود و سیستانی‌ها عکسش را با ولع نگاه می‌کنند و تشنه‌تر می‌شوند. چند روز پیش خودم در پارک لاله بودم. ساعت چهار عصر بود. گرما با تمام حرارتش سایه‌ها را هم سوزانده بود. به هر جای



پارک که گذر و نظر کردم، حجم زیادی آب در چمنها ول کرده بودند و پارک شده بود دریاچه. از نگهبان پرسیدم جریان چیه؟ گفت واسه اینکه مردم روی چمنا نشینن. فکرش را بکن! برای اینکه روی چمن ننشینند، مایه حیات را حرام می‌کنند، هیچ اداره‌ای هم نیست که بررسی کند روی چمن نشستن گناهش بیشتر است یا مایه حیات را ول کردن؟ همین دیشب بود که یکی از متخصصان آب می‌گفت خروجی آبهای زیرزمینی از ورودی‌اش خیلی بیشتر است و اگر می‌خواهیم درستش کنیم، ده سال نباید از منابع زیرزمینی استفاده کنیم تا فقط ورودی داشته باشد. حتی بگوسیب هم که آب بی‌فلسفه می‌خورد و خیلی چیزها را نمی‌فهمد، اقلاً این را می‌فهمد که آب نریز آقا یعنی چه. و بسی عجیب است که مسئولان "آب را ول نکنیم" هنوز عقلشان به این نرسیده که آب نریز آقا چه مفهومی دارد. کاش در دوره بعد اداره آب را بدهیم دست یک عده مقّنی و چَخو چون تخصص آنها در مسائل آبی بسی بیشتر از مدیری است که تخصص او در همین حد است که در بچگی گفته باشد آبّه. خانمی از سیستان برایم پیام فرستاده بود که وقتی از کم آبی می‌نویسی از سیستان و بلوچستان هم یاد کن که ما هم برای خودمان کربلایی داریم. چشم: آبی نریز و لعنت حق بر یزید کن!



یه وجب قبر مال من

محمود جعفری که از خوبان کوهبنان است، چندین عکس هنری و قشنگ فرستاده که باافسوس چون کیفیت کاغذ و چاپ مجله جالب نیست، نمی‌شود هنر عکاس و رنگها را نشان داد اما این یکی را می‌گذارم توی بگوسیب تا درباره‌اش حرفی بزنیم. کشاورزی کار سختی است. باید به گله‌دارها التماس کنی که گوسفندهایشان را توی زمینی که می‌خواهی بکاریش، بچرانند تا برای زمینت کود تهیه شود. بعد شخم بزنی و بذر بپاشی و هی به آسمان التماس کنی که نو کرتم ببار. بعد به ملخها و آفتهای دیگر التماس کنی که جون مادرت خوشه‌های مارو نخور. بعد گندم را مثل عکسی که می‌بینید، دسته کنند. تازه دردسر شروع می‌شود. کو اون خریداری که با التماس بشود قانعش کرد که گندمت را به قیمت بخرد. خب این چه کاریه؟ برو بشین تو خونه سریال نگاه کن چون قراره به روسیه نفت بدیم و کالا بگیریم. مثل عهد حجر که معامله‌ها پاپاپای بود. اینجوری اوضاع خیلی خوب می‌شود چون این دفعه مثل آن دفعه نیست که شرمنده شدیم و نتوانستیم پول نفت را بیاوریم سر سفره شما، اما حالا فرق می‌کند و قول می‌دهیم کالای نفت را بیاوریم سر سفره‌ات. حالا اگر گندم و برنج و روغن نشد، پفک روسی هم خوب است. شنیده‌ام بزها دوستش دارند و وقت جویدن می‌گویند بوی گندم مال من هرچی میکارم مال تو. یه وجب قبر مال من ویلای محشر مال تو.



گروه سِگارو و دوستان

این عکسی است از روزنامه آیندگان و گوشه‌ای از تاریخ اقتصادی ما را در آن دوره نشان می‌دهد. گرانی بوده و برخی از اصناف هم قیمت اجناس را با واحد "خون در شیشه" حساب می‌کردند، البته به پول آن روز. دولت که دید کسی ناظر نیست، اتاق اصناف و سازمان حمایت از مصرف کنندگان [آن روزها خودم تویش کار می‌کردم] را فعالتر کرد. بعدش هر کس شاکی داشت که این آقا گرون فروخته، جریمه‌اش می‌کردند، دکانش را برای چندی می‌بستند و سر در دکانش را پارچه‌نویسی می‌کردند که این واحد صنفی به علت انداختن به ملت تعطیل شد. افرادی داشتیم که مثل گروه میتی کمون به دکانها سر می‌زدند. و خلاصه قیمت پفک برگشت سر جای سابقش و بچه‌ها راضی شدند از اعصاب دست بردارند و پوشک بپوشند. حالا هم کاش میتی کمون‌ها را از اداره گشتهای نامحسوس به اداره سِگارو و دوستان منتقل کنند که به خدا اوضاع خیلی خیطه! حالا کار نداریم که سیگار بهمن کوچیک شد پنج تومن ایشالا گرونتر بشه و بازم بخریم و بگیم سیگار کتاب نیست که بشه نداشتش! اما خداییش شما هم کمبود میتی کمون رو حس نمی‌کنین؟ داداش کایکو؟ زمبه و سگارو؟ اون دختره که اصلاً معلوم نشد چکاره حسن گروهه. یک بچه‌ای که اعصاب کَرده بود و از خط عابر رد نمی‌شد و به‌جای اینکه از روی پل برود از زیر می‌رفت و از رو نمی‌رفت، می‌گفت اگه چند تا مثل زمبه و سگارو داشتیم، سلطان سکه شیکر می‌خوره که سکه احتکار کنه و بانک نوتلا می‌خوره که بگه خودمون بهش گفتیم سکه بخر!


آیندگان
کالاهای گران را تحریم کنید
همهٔ مردم باید در جنبش ضدگرانفروشی شرکت کنند

بقیه از صفحه ۱۷

پیام یک عاشق

تخته سنگها پنهان کرده بودند تا در فرصتی مناسب فــرار کنند. یکی از آنها قــد بلند و قوی هیکل بود و خشــم و نفرت را به خوبی در چهره‌اش احســاس می‌کــردم که با بغض و کینه مرا نگاه می‌کرد. دیگر اسرا اما هر کدام تکه پارچه سبزی را در یک دست و عکس فرزندانشان را در دست دیگر گرفته بودند و با التماس و زاری پارچه‌ها را که گویی در حرم امام حسین (ع) تبرک شده بود به سمت ما گرفته بودند تا از کشتن آنها خودداری کنیم.

دیدن لحظات دشــوار دوســتانی که توسط نیروهای دشــمن به شهادت رسیدند و هنوز هم آه و ناله رزمندگان زخمی که در گوشم می‌پیچید کار مرا سخت کرده بود و می‌بایست تصمیم خود را در آن لحظات می‌گرفتم، شاید باورش سخت باشد اما نمی‌دانم چه شد که برای لحظاتی به این فکر افتادم که این پنج اســیر عراقی همچون من، مادر و پدری چشم به راه دارند و شاید همسر و فرزندانشان برای دیدار دوباره آنها لحظه شماری می‌کردند.

پس بنابر وظیفه انســانی و شرعی تصمیم خود را گرفتم. می‌بایســت اسرا را به پشت جبهه منتقل می‌کردم، اما رفتــن در میان آتش و گلوله و بردن آنها از میان رزمندگانی که دوستانشــان به خاک و خون غلتیده بودند، کار آســانی نبود.من در جلو و اســرا در یک ردیف و پشت سر هم به راه افتادیم و شروع به پایین رفتن از جاده مالرو کردیم.

هنوز کمی پایین نرفته بودیم که **ناگهان یکی از نیروهای مجاهد عراقی در جلو ما سبز شد.اسلحه خود را به طرف ما گرفت و با خشم و نفرتی که به خوبی از چهره‌اش دیده می‌شــد، با صدای لرزان و عصبــی با کلمــات عربی از من می‌خواســت از جلوی اســرا کنار بروم.** گویی شــهادت دوستان و همرزمانش و شــاید هم موج انفجار باعث شده بود فقــط به هلاکت نیروهای بعثی فکر کند و از کلماتی که بــه زبان عربی می‌گفت به خوبــی دریافتم، من همچون ســدی در برابر تصمیم او قــرار گرفته‌ام. بعد از کمی ســکوت و مکث، آرام آرام به طرف او حرکت کردم و با مهربانی دستی به نشانه صمیمیت و دوستی بر شانه‌اش زدم تا کمی آرام شود.به شدت عصبی و برای به هلاکت رســاندن اســیران کاملا جدی و مصمم بود و با اســلحه مرا به عقب هل داد. لوله اسلحه‌اش را گرفتم و به آرامی پایین آوردم اما نمی‌دانم چه شد که گلوله‌ای شلیک و درست میان هر دو پایم به زمین اصابت کرد.با خواهش و اصرار او را در آغوش گرفتم و ســر و رویش را می‌بوسیدم و با کلمــات عربی که یاد گرفته بــودم، با جملاتی شکسته می‌کوشیدم او را آرام کنم.

امــا رزمنــده عراقی نرمشــی از خود نشــان نمی‌داد و اســرا بخصوص آن نیروی قوی هیکل بعثی از ترس جان در پشــت ســرم پنــاه گرفته بودند و گویی تنهــا منجی آنها من بودم. به خوبی می‌دانستم تا زمانی که در جلوی اسرا قرار گرفته‌ام، مجاهد عراقی گلوله‌ای شــلیک نمی‌کند، بنابراین عقــب عقب به طرف پیچی در جاده مالرو و شــروع به حرکت کردم.همراه با قدمهایی که برمی‌داشتم اسرا با ناله و زاری عقب می‌رفتند و من خود را سپر جان آنها کرده بودم و ســرانجام به پیچی در جاده رســیدیم و از ســر راه مجاهد عراقــی کنار رفتم و اصرار و خواهش یا بهتر بگویم سماجت برای نجات جان اســیران عراقی کار خــود را کرد و او به طرف بالای قله به راهش ادامه داد.

با دشــواری و مشقت بی‌تاب کننده‌ای در میان گوله‌هــای توپ و خمپاره که گهــگاه در اطرافمان فرود می‌آمد به اورژانس صحرایی رســیدیم. یک گروه فیلمبــرداری در نزدیکــی اورژانس بود و با دیدن اســرای عراقی به سمت ما آمدند و مشغول فیلمبرداری شــدند. از "روحی" و "فلاح" خواستم دو اســیر زخمــی را بــه اورژانس ببرنــد و با گروه فیلمبرداری که از اهالی مازندران بود به گفت‌وگو مشغول شدم. وقتی مصاحبه و گفت‌وگویمان تمام شــد به داخل اورژانس رفتم و در کمال ناباوری از اســرای زخمی اثری نبــود. امدادگران که دریافته بودنــد آنها از نیروهای دشــمن بودند بدون آنکه زخمهایشــان را ببندند آنها را بیرون اورژانس در کنار خاکریزی روی زمین نشانده بودند.به شدت عصبــی و ناراحت از این حرکت آنها فریاد می‌زدم که **با اعتراض یکی از امدادگران روبرو شدم که گفــت: "جایی برای رزمنــدگان زخمی نداریم، انتظار داری نیروهای دشــمن را مداوا کنیم؟!"** با دلخوری فریــاد زدم که اولویت با نیروهای زخمی ایرانی است، اما هر دو انسانند و آموزه‌های دینی ما اجازه نمی‌دهد آنها را با این وضعیت رها کنیم.

مقداری باند و لوازم برای پانســمان برداشتم، از اورژانس بیرون آمدم و مشغول بستن زخمهای دو اســیر عراقی شدم. بعد از درمان، آنها را تحویل نیروهای کمپ اســرا دادم تا به پشت جبهه منتقل کننــد، اما آنهــا با التماس و زاری از من خواســتند همراهشان بروم تا کسی به آنها صدمه‌ای نزند.

ســرانجام به هر شــکل و با کلمات شکسته و به عربــی به آنها گفتم که دیگر هیچ اتفاقی برایشــان نخواهــد افتاد و با خیالی آســوده ســوار خودرویی شدند تا به پشت جبهه منتقل شوند. از رزمندگانی که اسرا را به پشت جبهه منتقل می‌کردند خواستم بــا مهربانی با آنها رفتار کنند و بعد از خداحافظی با پنج اسیر عراقی دگر بار راهی بالای ارتفاع شدم.

ســاعتی بعد هــم در بالای ارتفاعات مشــغول استحکام بخشیدن به مواضع خود بودیم تا در برابر حملات دشــمن دفاع کنیــم و آن را در هم بکوبیم و با فتح ارتفاعات ۲۵۱۹ و شــهید صدر به دســت پرتوان رزمندگان می‌دانستیم که شهرهای مرزی و جاده‌های مواصلاتی از تیررس دشمن خارج شده اســت و با آمدن نیروهای تــازه نفس و جایگزینی آنها بود که با خیالی آسوده من و دیگر همرزمان با افتخار و سرشار از غرور راهی پشت جبهه شدیم.

شــیرینی پیروزی در عملیــات "کربلای دو" با خبر شــهادت "محمود کاوه" فرمانده لشــکر ویژه شــهدا که شجاعت و دلاوریش زبانزد همگان بود، همراه شد و با شنیدن خبر شهادت این فرمانده مدبر و شجاع غم و اندوه همه وجودمان را فرا گرفت. در پایــان گفت‌وگویمان با "جعفر ملاحی" بود که **او با اصرار از ما می‌خواست این بار خاطرات روزهای ماندگار را برای مسئولین و مدیران کشور باز گو کنیــم تا آنها بدانند جایگاه و کرســیهای قدرتی که امروز بر آن تکیه زده‌اند حاصل خون شــهدا و درد و رنــج ایثارگرانی اســت که برای آرامش و ســربلندی ایران در طول هشــت ســال جنگ کشیده‌اند.**

هیچ ثروتی چون عقل و هیچ فقری چون جهل نیست

● امام علی(ع)

بقیه از صفحه ۱۹

خبرهای تلخ، قدغن

خبر تفکر را سرکوب می‌کند:

فکر کــردن به تمرکز نیــاز دارد. تمرکز هم به زمانهــای بدون وقفه نیاز دارد. خبرهای تلویزیونی طوری تنظیم شــده‌اند که ذهن ما را به‌هم بریزند. هدفشــان این است که توجه و تمرکز ما را از هدف واقعی‌شان بدزدد. خبرها ما را به متفکرانی سطحی تبدیل می‌کنــد. و بدتر اینکه بــر حافظه ما هم اثر می‌گذارد. ظرفیت حافظــه بلندمدت ما نامحدود است ولی توانایی حافظه کوتاه‌مدت ما یعنی همان حافظه‌ای که بــا آن کار می‌کنیم، محدود اســت. هــر چیزی در مغز ابتدا باید مســیری را از حافظه کوتاه‌مدت طی کند و به حافظه بلندمدت برســد. وقتی این مسیر دچار اشکال می‌شود، هیچ اطلاعاتی ردوبدل نمی‌شــود و به مقصد نمی‌رســد. و این به درک و فهم ما آسیب می‌زند.

خبر ما را بی‌علاقه و غیرفعال می‌کند:

خبرهای بدی که هر روز می‌بینیم و می‌شــنویم مــدام موضوعاتــی را یــادآوری می‌کننــد که ما نمی‌توانیم هیچ نقشــی در آن داشــته باشیم. تکرار هر روزه ایــن خبرها کم کم ما را به فردی غیرفعال و بی‌تحــرک تبدیل می‌کند. و این بی‌تحرکی بعد از مدتی ما را به وادی افسردگی می‌کشاند.

محققــان توصیه می‌کنند حالا کــه این روزها اســتفاده از تکنولــوژی همه‌گیر و دسترســی ما به خبرها از این طریق زیاد و نامحدود شده، بهتر است با یــک بازنگری، کمی هم به فکر ســلامت روح و جسم خود باشیم و مصرف خبرهای تلخ و زهرآگین را مانند مصرف قند و نمک محدود کنیم.

لیدا رضایی

فهیمه زارعی، بانوی بشاگردی تیم ملی خاطره‌ساز فوتسال بانوان ایران

تمام کودکی‌ام در فوتبال خلاصه شد



می‌گویند محرومیت و محدودیت خلاقیت می‌آفریند، اما محرومیت برای رساندن دختری از منطقه محروم بشاگرد، به سکوی قهرمانی آسیا کافی نیست... "فهیمه زارعی" ثابت کرد که خرمن کوفتن نه گاو نر، نه مرد کهن، که سخت‌کوشی می‌خواهد و سماجت!فهیمه زارعی بازیکن بشاگردی تیم ملی فوتسال ایران و باشگاه ملی حفاری اهواز که عنوان برترین بازیکن فوتسال بانوان ایران در سال ۹۵ را یدک می‌کشد، همچنین کاندیدای بهترین گل تاریخ فوتسال در سال ۲۰۱۵ از سوی پایگاه اینترنتی مترو، حرفهای جالبی برای گفتن دارد..

ابتدا خودتان را معرفی کنید.

فهیمه زارعی متولد سوم دی‌ماه ۱۳۶۴ در شهرستان بشاگرد هستم، در بشاگرد بزرگ شدم و بعد برای فوتسال به میناب، سپس بندرعباس، اهواز و برای تیم ملی به تهران رفتم. چند سالی در بندرعباس بازی کردم اما به‌این‌علت که امکانات و اسپانسر برای تیمداری و راهیابی به لیگ نبود، به اهواز رفتم.

از کودکی‌تان در بشاگرد بگویید.

کودکی من خیلی خوب بود با اینکه زندگی در بشاگرد سخت گذشت، زمانی که من در روستایمان فوتبال بازی می‌کردم حتی برق هم نداشتیم و آب موردنیازمان را از رودخانه می‌آوردیم.بچه بودم و عاشق فوتبال و همیشه دنبال برادرم که برای بازی با دوستانش می‌رفت راه می‌افتادم، خیلی کوچک بودم و از او می‌خواستم اجازه دهد من هم بازی کنم. یک صحنه‌ای که همیشه در ذهنم مانده این است که کنار گل کوچک و یک پارچ آب که از خودم بزرگتر بوده ایستاده بودم تا اجازه دهند من هم بازی کنم. به برادرم التماس می‌کردم که بگذارد بازی کنم و او می‌گفت تو بچه‌ای و دختری، پسرها بزرگ هستند و تو را اذیت می‌کنند و می‌زنند، بازی هم که بلد نیستی!یکبار که خیلی اصرار کردم گفت باید هر روز برایمان از رودخانه آب بیاوری تا شاید اجازه دهیم بازی کنی. من هر روز برایشان آب می‌بردم و منتظر می‌نشستم تا اجازه بدهند بازی کنم یک روز بالاخره برادرم گفت بیا در دروازه بایست ببینم چیزی بلد هستی یا نه. آن روز در دروازه ایستادم و برادرم دید که یک‌چیزهایی هم بلدم.بزرگتر که شدم در زمین‌بازی می‌کردم و اصلاً در دروازه نمی‌ایستادم، دیگر به گونه‌ای شد که با برادرم برای فوتبال نمی‌رفتم و برای خود یک تیم از همسن و سالهایم تشکیل داده بودم و صبحها گل کوچک و عصرها گل بزرگ بازی می‌کردیم؛ یک‌وقتهایی که صبحها بیشتر می‌خوابیدم پسرها می‌آمدند بیدارم می‌کردند و می‌گفتند چقدر می‌خوابی، وقتی بازی است.همیشه هم بدون کفش بازی می‌کردیم به گونه‌ای که یک ناخن سالم هم برایم نمانده است. دوستانم که پاهایم را می‌بینند می‌گویند تو واقعاً دختر هستی؟ما در روستای **بیسکاو** زندگی می‌کردیم که ۵ دقیقه تا سردشت که محل کار پدرم بود فاصله داشت. در بیسکاو در کپر زندگی می‌کردیم حتی برق هم نداشتیم و بعدها به سردشت رفتیم و در خانه‌ای زندگی کردیم که برق داشت.در بیسکاو همه به پدر و مادرم می‌گفتند چرا دخترتان همیشه با پسرهاست و در خانه نیست، آسایش ما را گرفته است و همیشه در حال فوتبال بازی کردن است. آن زمان ما جام جهانی‌ها را با رادیو دنبال می‌کردیم چون اصلاً برق نداشتیم که تلویزیون داشته باشیم.همه به پدر و مادرم می‌گفتند در خانه نگهش دارید دختر است باید در کارهای خانه کمک کند و غذا بپزد، اما پدر و مادرم می‌گفتند دخترمان این‌جوری دوست دارد، چون پدرم خودش فوتبالیست بود از بابت کمک و حمایتهای او خیالم راحت بود؛ هیچ‌وقت استرس خانواده‌ام را نداشتم که برایم محدودیت ایجاد کنند.

تیم ملی فوتسال بانوان ایران را از زمانی که شروع کرد تا امروز که دو بار قهرمان آسیا شده است چطور ارزیابی می‌کنید؟

سختی‌هایی را که بانوان فوتبالیست ایران کشیدند هیچ کس تجربه نکرده است، آن اوایل شرایطمان از جا و مکان تا خورد و خوراکمان خیلی بد بود، شرایط الان تیم ملی در برابر آن زمان مثل یک هتل ۱۰ ستاره است.من بیش از ۱۵ سال است که در تیم ملی هستم و بچه‌هایی که تازه به تیم ملی می‌آیند، زمانی که ما به تیم ملی آمدیم هنوز به دنیا نیامده بودند، همیشه به بچه‌های جدید می‌گویم که قدر شرایط این روزهایتان را بدانید، ما خیلی اذیت شدیم اما شما همه‌چیز در اختیارتان است و امروز دیگر بانوان دیده می‌شوند و حمایتها بیشتر شده است.می‌گویم همه سختی‌ها را ما کشیدیم، حالا شما لذتش را ببرید. من ۳۲ سال سن دارم و نهایتاً یکی دو سال دیگر می‌توانم در تیم ملی بازی کنم، امیدوارم بچه‌های جدید مثل بازیکنان قدیمی که آمدند و تلاش کردند تا تیم ملی را به جایگاهی که دارد برسانند، تمام تلاششان را بکنند.

شما بعد از قهرمانی به دیدار رئیس جمهور رفتید، تیتر اول رسانه‌ها شدید و در فضای مجازی خیلی مورد توجه قرار گرفتید. چه حسی داشتید؟

حس خیلی خوبی بود. آقای صانعی همیشه می‌گفت خوب است که مقام دومی و سومی بیاورید اما قهرمانی چیز دیگری است، دیده می‌شوید و مسئولین مجبور هستند و وظیفه‌شان است شما را حمایت کنند و نمی‌توانند نادیده‌تان بگیرند.همیشه می‌گفت بروید برای دل خانواده‌تان بازی کنید و قهرمان بشوید و من این حرفها را کاملاً درک می‌کردم، خانواده‌هایمان برایمان خیلی زحمت کشیدند. من که میروم در زمین می‌جنگم برای پرچم ایران هست اما برای دل خانواده‌ام هم هست، به خاطر پدری که من را در آن روستای محروم و آن شرایط حمایت کرد.هنوز که هنوز است همه از من می‌پرسند چطور از بشاگرد به اینجا رسیدی؟ حتی خیلی‌ها در بندرعباس هم نمی‌دانستند بشاگرد کجاست و من همه اینها را مدیون خانواده‌ام هستم. همین که بتوانم دل پدر و مادرم را شاد کنم برای من دنیا بود و بسیار ارزش داشت. اینکه پدرم با لذت بازیهایم را دنبال کند یا بپرسد نتیجه بازی چه شده است، اینکه خانواده‌ام برای پیشوازم به فرودگاه بیایند برایم یک دنیا است و امیدوارم این قهرمانی ذره‌ای از زحمات



آنها را جبران کرده باشد.

⌘ قهرمانی شما نگاه به بشاگرد را بهتر نکرد؟

چرا. درگذشته کمتر کسی می‌دانست بشاگرد کجاست اما در حال حاضر شرایط خیلی بهتر شده و خیلی خوب است که مردم می‌دانند از کجا آمده‌ام و به کجا رسیده‌ام و اگر افراد با استعداد از محروم‌ترین نقاط حمایت بشوند می‌توانند به جایگاهی که باید برسند و رشد کنند.

⌘ دختران دیگری هم در آنجا فوتبال بازی میکردند؟

در روستای ما دختران باید کمک مادرشان می‌بودند و در خانه کار می‌کردند، از رودخانه به می‌آوردند و در تنور نان درست می‌کردند، هیچ دختری فوتبال بازی نمی‌کرد و من تنها بودم، همه به پدر و مادرم می‌گفتند چرا جلوی این دختر را نمی‌گیرید؟

⌘فکر می‌کردید که از آنجا به تیم ملی برسید؟

نه اصلاً فکرش را نمی‌کردم، تفریح من توپ بود و همین که برایم توپ بخرند و سرگرم باشم کافی بود، پدرم در قطر فوتبالیست بود و یک‌بار که به سفر می‌رفت از او خواستم برایم توپ بیاورد و آورد، پسرها که توپشان خراب می‌شد از من می‌خواستند توپم را به آنها بدهم چون در لیگ مسابقات بین روستاها شرکت می‌کردند و من که نمی‌توانستم در این مسابقات شرکت کنم دلم نمی‌خواست توپم را به آنها بدهم، اما پدرم را واسطه می‌کردند و بالاخره راضی می‌شدم. حالا هم روستایی‌هایم خیلی هوایم را دارند و هر بار می‌بینند خیلی ابراز احساسات می‌کنند و می‌گویند که برایم دعا کرده‌اند.بزرگتر که شدم از بیسکاو به سردشت رفتیم، هر بار توپ نداشتم با پسرخاله‌ام برای خرید توپ به میناب می‌رفتم، آن زمان هم جاده روستای ما تا میناب صعب‌العبور و در مسیر رودخانه بود و بیش از ۹ ساعت فاصله داشت، حالا این مسیر به سه ساعت رسیده است.یکبار دخترعمویم که در میناب زندگی می‌کرد و علاقه من را می‌دید گفت اینجا برای دخترها تیم فوتبال دارد و بیا ثبت‌نام کن، من هم با دخترخاله‌ام به تربیت‌بدنی میناب رفتم. آن زمان مربی تیم میناب خانم زاهدی بود و من با هزینه سه هزار تومان ثبت‌نام کردم.شنیده بودم که بندرعباس تیم خیلی خوبی دارد، آن زمان خانم اقبالی، حسینی، مرادی، سلطانی، روشنایی، عباس زاده در تیم بندرعباس بازی می‌کردند و خانم یوسفی و سپس خانم دارا مربی این تیم بودند. تیم بندرعباس برای خودش یک تیم ملی بود. دوست داشتم با این تیم بازی کنم و از مربی خواستم که تدارک یک بازی دوستانه با آن تیم را بدهد.بالاخره با تیم بندرعباس بازی کردیم و بازی با نتیجه پنج - چهار به نفع تیم بندرعباس به پایان رسید، دقیقه آخر یک گل را از دست دادیم و حتی می‌توانستیم مساوی هم بکنیم، بازیکنان تیم بندرعباس آنقدر ناراحت بودند که انگار باخته



بودند و باور نمی‌کردند تیمی مثل میناب چهار گل به آنها بزند. بعد از آن در بازیهای استانی و سپس کشوری انتخاب شدم و بازی کردم و پس از آن برای تیم ملی انتخاب شدم.ابتدا یک سال در تیم جوانان فوتسال بانوان بازی کردم و سپس به تیم بزرگسالان رفتم، پس از مدتی از فوتسال بیرون رفتم و به تیم ملی بزرگسالان فوتبال بانوان دعوت شدم که تازه به سرمربیگری خانم مظفر تشکیل‌شده بوده و همان سال به بازیهای غرب آسیا رفتیم و قهرمان شدیم؛ دو سال فوتبال بازی کردم و زانوهایم آسیب دید و به فوتسال بازگشتم.

⌘ وقتی از مسابقات برگشتید استقبال چطور بود؟

استقبال هم در تهران و هم در بندرعباس خیلی خوب بود، و آمدن پدر و مادرم به فرودگاه خیلی غافلگیر و خوشحالم کرد و البته کل خانواده‌ام و مسئولین هم به استقبال آمده بودند. همان روز که به بندرعباس رسیدم، مسئولان سه کارت ۵۰۰ هزار تومانی به عنوان هدیه تقدیم کردند که فکر کردم سکه است و با شوق و ذوق به پدرم دادم اما روز بعد متوجه شدم آنها سکه نیستند.



من از مسئولین استان هرمزگان انتظارات بیشتری دارم، چراکه در سال ۲۰۱۵ که قهرمان شدیم قول یک‌خانه را به من داده بودند که عملی نشد و گفتند قانون عوض‌شده است، مگر در المپیک مقام آورده‌ای؟!به مسکن مهر که مراجعه کردم فهمیدم نامه‌ای از طرف اداره کل ورزش و جوانان هرمزگان فرستاده‌شده اما دیگر پیگیری نشده است. من نمی‌دانستم که اصلاً قرار نیست خانه‌ای داده شود و چندین سال منتظر بودم و هر کس از من می‌پرسید می گفتم قول داده‌اند اما نامه‌ای برای من نیامده که پیگیری کنم.حالا از سوی مسئولان ذیربط گفته‌اند اگر بشود نهایتاً یک زمین بتوانیم بدهیم آن هم اگر بشود و تهران قبول کند!من اگر پول داشتم خانه بسازم که درخواست نمی‌کردم به من در مسکن مهر خانه بدهند. ۹ سالی که در بندرعباس بازی کردم در منزل دوستانم بودم و مزاحمشان!من ۱۵ سال است که عضو تیم ملی هستم، یک نایب‌قهرمانی و دو قهرمانی دارم، مسئولین استان می‌خواهند چه کاری برای من انجام دهند؟ خانه‌ای که قولش را داده بودند نمی‌خواهند بدهند؟ من هم دوست دارم هرجایی که رفتم بگویم استانم یک‌چیزی به من داده است.نمی‌دانم چرا خانه‌ای که قرار است به من بدهند هرچه می‌سازند درست نمی‌شود که این‌همه سال طول کشیده است؟به‌هرحال من هزینه ساخت خانه را ندارم، اگر می‌توانند یک‌خانه به من بدهند و سرکارم نگذارند، اگر نامه‌ای در کار است به خودم بدهند تا به تهران ببرم و پیگیرش شوم.

⌘آیا شما آرزوی رفتن به ورزشگاه برای دیدن بازیهای فوتبال را ندارید؟

من دوست ندارم به کشورم توهین کنم اما خیلی دوست ندارم با این شرایط به ورزشگاه بروم، شرایط فرهنگی ورزشگاههای کشور اصلاً مناسب نیست، البته خیلی‌ها دوست دارند بروند اما من شخصاً چنین فضایی را دوست ندارم.البته که من هم دوست دارم به ورزشگاه بروم اما نه با این شرایط، برای مثال در انگلیس تماشاگران همه در کنار هم خیلی خوب تیمشان را تشویق می‌کنند اما در ایران به بازیکنی که دارد برای تیمش زحمت می‌کشد فحش و ناسزا می‌گویند.

⌘آرزویتان در زندگی چیست؟

خدا را شکر به تمام آرزوهایم رسیده‌ام و نمی‌توانم ناشکری کنم، شاید بهترین بازیکن یا خانم گل آسیا شدن جزء آرزوهایم باشد که شرایطش برایم پیش نیامد اما برای خانم کریمی، اعتدادی و شیربیگی خیلی خوشحال شدم؛ شاید آنها بیشتر از من این عنوانها را دوست داشته‌اند چون همیشه آرزو کرده‌ام خداوند هرچه هم‌تیمی‌هایم می‌خواهند به آنها بدهد. من هم به قهرمانی آسیا، هم بهترین بازیکنی کشورم و هم خوشحالی پدر و مادرم رسیده‌ام و خدا را شکر می‌کنم.

هر کس با استعدادهایی خلق شده که باید آنها را در زندگی‌اش به کار ببندد

●والدیو دیموند

تفاوت فوتبال ما با جهان فوتبال

تورج عاطف

جشنواره جهانی فوتبال تمام شد و تیمها برای آغازی دیگر به خانه‌ها برگشتند تا نقاط ضعف و قدرت خود را بسنجند و از کارشناسان نظر بخواهند و هدفگذاری کنند و برنامه ریزی داشته باشند و لکوموتیو فوتبالشان را رو به جلو ببرند.
ما چه کردیم؟ این همه غوغا برای رفتن به جام جهانی بود و جماعت قرعه کشی کردند و با بهانه و بی بهانه به روسیه رفتند، دستاورد این افراد چه بود؟ فوتبال ما از جهان فوتبال چه چیزی یاد گرفت؟
در روسیه بیش از ۶۰بازی با بهترین امکانات برگزار شد، ولی ما قادر نیستیم یک بازی سوپر جام را برگزار کنیم. در جهان فوتبال همدلی از رئیس جمهور و مقامات تا مدیران فوتبال و پیشکسوتان برای تیمهای مختلف وجود داشت، ما چه کردیم؟ اول خداحافظی جوانان تیم ملی چون آزمون و سپس دعوای بی مورد کی روش و برانکو و سپس جنگ باشگاهها ومدیریت و استعفای عواملی که با تخریب باشگاهشان رفتند و...
در فوتبال جهان مسئولیتها مشخص است اما برای سوپر جام کشور وزیر ورزش باید گروکشی شود. بحث مضحک آفریقایی تبار بودن تیم فرانسه گفته می‌شود اما نمی گویند آکادمیها و استعدادیابهای فوتبال فرانسه ۵۰ فرانسوی با ریشه‌های آفریقایی را به روسیه فرستاده‌اند که تنها ۱۶ نفر آنها متعلق به تیم فرانسه هستند و این مسأله در راستای استفاده بهینه از همه سرمایه‌هایی است که کشور فرانسه بر روی آنها



برنامه ریزی کرده است و ما با سرمایه‌هایمان چون علیرضا فغانی و... چه کردیم؟ فوتبال جهان به دنبال افتخار جمعی برای فوتبال و کشور و بالابردن اتحاد ملی و بهره‌وری است که با کسب موفقیت وپیروزی میسّر می‌شود و ما به دنبال سرکوب و توهین و حتی تخریب و تهدید یکدیگر هستیم وهنوز دغدغه داریم که آیا بانوان ما بار دیگر روی ورزشگاه یک صدهزار نفری رامی‌بینند یا اینکه شایعه برکناری مدیر این مجموعه به خاطر حضور خانواده‌ها صحیح است؟
مشکل ما این است که چرا عادل فردوسی پور خوشحال است که مراسم با کمترین سانسور پخش می شود اما شایعه سوءاستفاده‌های مالی دیگر مجریان شهیر در خفا باید باشند.فوتبال ما از آوردگاه جام جهانی چه یاد گرفت؟ چند بار با کارشناسان صحبت شد و به بررسی مشکلات تیم ملی چون عدم بازی تدارکاتی و درگیری کی روش با باشگاهها و بی برنامگی لیگ توجه شد؟ فوتبال برای آینده خود چه نگاه منطقی را بیان کرده است؟ اقدامات شتابزده چون معافیت فوتبالیستها و لغو بازی سوپرجام و استعفای مدیر وبه تمامی آزمودن آنهایی که صدها بار آزموده شده‌اند، چه کمکی به فوتبالمان می کند؟سیر قهقرایی فوتبال ما تا کجاست؟

میراث افتخاری در استقلال

سامان فرزانه فر

از قراردادهای شبانه با بازیکنان و عکس گرفتنهای معروف پندار توفیقی با آنها، انصراف از سوپرکاپ، اردوی جنجالی در ترکیه، رفتن بعضی از بازیکنان کلیدی، شفاف نبودن جزئیات قرارداد و معلوم نبودن رقم فسخ قرارداد و همچنین انتقادات از مدیریت... حاشیه‌های چند روز اخیر باشگاه استقلال بودند.
بعضی از خریدهای خوب استقلال در هفته‌های گذشته و قرارداد بستنهای شبانه و عکس گرفتن پندار توفیقی هواداران استقلال را به فصل جدید امیدوار کرده بود، اما رفته رفته مشکلات استقلال نمایان شد. پژمان منتظری به خاطر پرداخت نشدن مطالباتش در تمرین حاضر نشد و پیوستن امید ابراهیمی به الاهلی قطر، مجید حسینی در حال رفتن به تیم ترابزون اسپور ترکیه است و مامه تیام هم ساز جدایی می‌زند. مبلغ فسخ قرادادها معلوم نیست و کسی نمی‌داند از رفتن مجید حسینی درآمدی نصیب باشگاه استقلال می شود یا نه؟!
همچنین خرید بازیکن توسط استقلال هم حاشیه‌هایی داشته. علی کریمی که از سپاهان به استقلال پیوسته است، دکتر نوروزی اعلام کرده است او دارای مشکل دیسک کمر است، ولی استقلال او را جذب کرد. مانند خبری که درباره مجتبی جباری که فصل پیش مرکز پزشکی ایفمارک تایید کرد مصدوم است اما با اصرار علیرضا منصوریان استقلال او را جذب کرد.
متاسفانه تیم استقلال در فصل جاری بر عکس سالهای قبل در فصل نقل و انتقالات خوب عمل نکرده است (در صورتی که تیم رقیب، پرسپولیس با اینکه محروم بوده بازیکنان خوبی مثل سروش رفیعی و مهدی ترابی را جذب کرده است).
خبر دیگری که برای استقلال حاشیه ساز شد اردوی ترکیه آنها بود و اردویی که با هزینه‌هایی که شد به نظر می‌رسد نتیجه بخش نبود چون بیشتر بازیکنان اصلی استقلال در این اردو حضور نداشتند. همچنین خبر تامل بر انگیزی که از این اردو بیرون آمد، پیاده کردن بازیکنان استقلال از اتوبوس به خاطر پرداخت نکردن پول اتوبوس بود. پس این همه پولی که استقلال از وزارت ورزش می گیرد صرف چه چیزی می‌شود؟!
موضوع بعدی بازی سوپر جام بود. با اینکه از قبل گفته شده بود بازی ۲۹ تیر ماه برگزار می‌شود، اما استقلال با بهانه‌های مختلف خواستار لغو بازی و برگزاری آن در تعطیلات نیم فصل شد.



بهانه‌هایی که در نهایت منجر به بازنده شدن استقلال شد چون سازمان لیگ اظهار داشت نامه رسمی از طرف استقلال برای آنها نیامده است.
در نهایت می‌توان گفت مقصر اصلی این اتفاقات قطعاً شخص مدیرعامل سابق یعنی رضا افتخاری و هیأت مدیره باشگاه است که در نهایت هرچند دیر، به تعویض مدیریت انجامید. این اتفاقات نشان می‌دهد نبود مدیر کاربلدسس ورزشی چقدر می‌تواند به یک تیم ضربه بزند. حال باید دید، مدیرعامل جدید و سرپرست جدید باشگاه استقلال، چه تدابیری برای این مشکلات دارد. آیا قرار است استقلال دچار بحرانی شود که چند سالی پرسپولیس به آن دچار بود یا تیم مدیریتی جدید می‌توانند جوابگوی انتظارات فراوان طرفداران این تیم باشند؟!

کمی سامان قدوس باشیم!



افتخاری، مدیرعامل استقلال بعد از جدایی از باشگاه مصاحبه‌ای کرد که مملو از گلایه بود. او بازیکنان را به نوعی بی‌معرفت خواند و گفت حتی جواب تماسهایش را نمی‌دهند. اما چرا باید این اتفاق رخ دهد؟ دلیل آن چیست؟ در کشورهایی که فوتبال حرفه‌ای است، همواره بازیکنان رابطه نزدیکی با باشگاه دارند و این به آن دلیل است که همه چیز سرجای خود قرار دارد. شاید به همین دلیل وقتی سامان قدوس متوجه می‌شود پیشنهادات زیادی دارد، سریعاً دو سال با باشگاه استرسوندز تمدید می‌کند تا در صورت جدایی‌اش از این باشگاه پول خوبی نصیب آنها شود. قدوس خود را مدیون این باشگاه سوئدی می‌داند و طبیعتاً تلاش خود را می کند تا حداقل از انتقالش به این باشگاه پول خوبی برسد. ولی در ایران اینطور نیست. آیا بازیکنان خود را مدیون باشگاه خود نمی‌دانند؟ مثلاً امید نورافکن می‌توانست با استقلال تمدید کند و بعد به اروپا برود تا پول خوبی به این باشگاه برسد، ولی آیا بی‌اعتمادی در بین آنها وجود دارد که او دست به چنین کاری نزد؟!

مثلا اگر رابطه حسینی با استقلال شبیه به رابطه قدوس و استرسوندز بود، طبیعتا باید این بازیکن یک یا دو سال دیگر قراردادش را تمدید می کرد تا به استقلال پول خوبی برسد، ولی مسأله اینجاست که کار به لج و لجبازی کشیده است. در این شرایط به هیچ وجه نمی‌توان چنین مقایسه‌ای انجام داد. بازیکنان در ایران معمولاً برای گرفتن طلب خود کلافه می‌شوند و در نهایت شاکی باشگاه را ترک می کنند. در نهایت باشگاه هم توقع دارد به خاطر پولهایی که به بازیکن داده حداقل او قدمی در راه درآمدزایی آنها بردارد، اما وقتی این اتفاق نمی‌افتد مدیرعامل مستعفی مجبور می‌شود چنین مصاحبه‌ای انجام دهد.

قانون عجیب برای سرمربی چلسی

هفته گذشته رومن آبراموویچ، مالک ثروتمند باشگاه چلسی،مائوریتسیو ساری را به عنوان جانشین آنتونیو کونته در سمت سرمربیگری آبیهای لندن انتخاب کرد. ساری که پیش از این هدایت ناپولی را برعهده داشت، در سیگار کشیدن تبحّر خاصی دارد و طبق گفته نزدیکانش روزی دو پاکت سیگار مصرف می‌کند و در بین دو نیمه بازیها هم وقتی را به این کار اختصاص می‌دهد. باشگاه چلسی اما به نظر قصد دارد



تا با این عادت مربی جدید تیم مقابله کند. رومن آبراموویچ به طور جدی به ساری اعلام کرده است که این مربی در بین دو نیمه حق استعمال سیگار را ندارد و نباید دست به چنین کاری بزند.

پس گرفتن خانه قهرمان المپیک

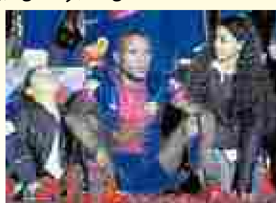
سهراب مرادی قهرمان وزنه برداری المپیک ریو در رابطه با خانه‌ای که قرار بود شهرداری اصفهان به او برای کسب مدال طلای المپیک ریو بدهد، تصریح کرد: پس از کسب مدال طلای من در المپیک ریو با توجه به اینکه اولین کسی بودم برای استان اصفهان در رویداد بزرگ المپیک مدال آوری کردم، شهرداری اصفهان تصمیم گرفت یک آپارتمان به من هدیه دهد تا آنجا بدون هیچ هزینه‌ای زندگی کنم، اما پس از مدتی با آوردن بهانه‌های مختلف و هزاران ترفند، آن خانه را از من پس گرفت. به نظر شما این مسائل می‌تواند



زیبنده یک قهرمان المپیک باشد؟ مسئولان استان اصفهان هیچ کاری برای من انجام نداده‌اند و خودم به تنهایی پیگیر کارهایم هستم. الان مانده‌ام دنبال ورزش کردن باشم یا آینده‌ام!... دغدغه سهراب مرادی این است که در مسابقاتی که شرکت می کند مدال بگیرد و بعد از این اتفاق تنها مسئولان برای یک ساعت من را بخواهند و پس از آن خداحافظ. آقایان در استان اصفهان کاری کرده‌اند که کامل از ورزش دلسرد شده‌ام.

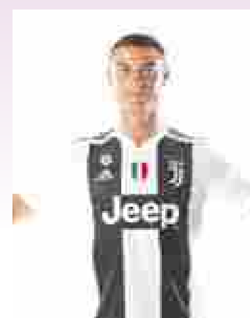
کبد غیرقانونی بازیکن بارسلونا

بعد از گذشت چندین سال از درمان سرطان آبیدال، اکنون اخباری مبنی بر خرید کبد غیر قانونی برای این بازیکن مطرح شده است. اریک آبیدال از سال ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۳ در عضویت بارسلونا بود و توانست با این تیم به افتخارات فراوانی دست پیدا کند. این بازیکن در سال ۲۰۱۱ به بیماری مهلک سرطان کبد دچار شد و چاره‌ای جز پیوند کبد برای او باقی نماند. در آن زمان ساندرو راسل مدیرعامل آبی واناری پوشان بود و اعلام کرد تا



زمان درمان این بازیکن قرارداد بارسلونا با او پا برجاست. این بازیکن با پیوند کبد پسر عموی خود توانست مجدداً به میادین برگردد و حتی جام قهرمانی را نیز بالای سر برد. در سال ۲۰۱۶ مشخص شد که ساندرو راسل فعالیتهای اقتصادی خلاف در کشور اسپانیا مرتکب شده است که بعد از تحقیق و بررسی او را به زندان منتقل کردند و اکنون یک سال است که در زندان حضور دارد و با بررسیهای بیشتر بر روی پرونده راسل مشخص شد که در زمان پیوند کبد آبیدال، رئیس وقت بارسلونا مرتکب عملی غیر قانونی شده است. در این بررسیها مشخص شد که راسل به یک شخص باج داده است تا او کبد خود را به آبیدال اهدا کند و او نیز دستمزد دو سال مدافع فرانسوی تیمش را به این شخص داده است. البته وکلای راسل این قضیه را به طور کلی تکذیب کرده و او را از این تخلف مبرا دانسته‌اند

چرایی رفتن رونالدو به ایتالیا



پر سر و صداترین نقل و انتقال فصل ۲۰۱۸-۲۰۱۹ فوتبال اروپا درست در میانه جام جهانی انجام شد و همه را تحت تاثیر خود قرار داد. کریستیانو رونالدو به طور ناگهانی تصمیم گرفت که رئال را ترک کند و مقصد بعدی او یوونتوس بود. رونالدو با امضای قراردادی چهارساله به ارزش ۱۳۰ میلیون یورو مادرید را ترک کرد تا به قول خود تجربه تازه‌ای را در دنیای فوتبال پشت سر بگذارد. با این حال تباس، رییس لالیگا بر این باور است که مسائل مالیاتی عمده‌ترین دلیل رونالدو برای ترک لیگ اسپانیا بوده است. تباس در این زمینه می‌گوید:" رونالدو در ایتالیا نسبت به اینجا بیشتر پول درمی‌آورد. به نظر من رفتن به ایتالیا از نظر مالی به نفع اوست. ما در اسپانیا با مشکلی به اسم رقابت مالی روبرو هستیم. در بین لیگهای بزرگ، وضعیت مالیاتها در اسپانیا از همه بدتر است. البته منظورم این نیست که در جاهای دیگر، نرخ مالیات به مراتب پایین‌تر از اینجا است ولی وقتی کسی درآمد هنگفت دارد، همین تفاوتهای کوچک نرخ مالیات می‌توانند برایش به مبالغی گزاف تبدیل شود."

آنجا که بیم و هراس سایه افکند شادی را جایی نیست! ● ارنست اینگور

علی ملکی

نوشتن نام فامیلی الزامی است

آن دسته از خوانندگانی که مایل هستند پیام های تبریک، تولد، تشکر و قدردانی شان در این صفحه چاپ شود لطفاً از ساعت ۹ صبح الی ۱۶ (شنبه تا چهارشنبه) با شماره تلفن: ۲۹۹۹۳۳۵۸ تماس بگیرند یا به شماره ۲۲۲۷۱۸۱۳ نمابر ارسال دارند و یا به نشانی مجله (بخش پیام از شما، چاپ از ما) پیام خود را حداکثر در دو سطر و حداقل یک هفته قبل از رسیدن موعد آن ارسال کنند.

جناب مهندس محمدحسن پاکمهر، بدینوسیله مراحم بی‌دریغ شما در روزنامه نسل فردا را قدردانیم و آرزوی سربلندی و سرافرازی برای شما از خداوند متعال داریم
جمعی از همکاران توسعه نسل فردا

جناب آقای دکتر ملاطایفه، جراح و دندانپزشک و دکتر منوچهر زینعلی، جراح و دندانپزشک و دکتر مطلب نیا جراح و دندانپزشک، قدردان شما هستیم و از درگاه ایزد منان سلامتی و سعادت شما بزرگواران را آرزومندیم
حمیدرضا قزل سفلی ـ مینودشت

سیدابراهیم میری، ریاست محترم بانک سپه شعبه شهرستان قرچک، با تشکر از شما مسئول وظیفه‌شناس که با تلاش به درخواست تمام مشتریان پاسخ می‌دهید و آنها را راهنما هستید، بسیار سپاسگزاریم و از خداوند طلب آمرزش و موفقیت برای شما داریم
مهدی جعفری ـ قرچک

برادر عزیزم، محسن جان، امیدواریم در تمامی مراحل زندگی، خوشحال و سرافراز باشی و به مراد دلت برسی، چون تو لایق بهترینها هستی، تولدت مبارک
خانواده محمدی ـ رامهرمز

الهام نازنین، تولدت را با تقدیم هزاران شاخه گل سرخ به تو شادباش می‌گوییم، تولدت مبارک
خانواده محمدی ـ رامهرمز

فرزندان عزیزم، سیدطاها و سیدنیما موسوی، ۳۰ تیر ماه آغاز پانزدهمین سال تولدتان را تبریک می‌گویم و خدا را شکر می‌کنم که در زیر سایه امام رضا(ع) زندگی می‌کنیم و بدانید زمستان رفتنی است و بهار زندگی خواهد رسید
مادرتان مریم داودآبادی ـ قم

عروس باخدا و گل من، سودابه صباغی، ۱۵ تیر ماه، تولدت را به شما و همسر خوبت و نوه عزیزمان تبریک می‌گوییم، امیدوارم خداوند یار و نگهدار شما باشد
محمدابراهیم صیامیان گرجی، پدرشوهر و مادرشوهر هدیه ـ بهشهر گرجی محله

نوه عزیزمان، آقا محمد صیامیان گرجی، ۲۶ تیر ماه، سالروز تولدت را به شما و مادر مهربانت و پدر بزرگوارت تبریک می‌گویم، امید است همگی زیر سایه خداوند بزرگ صحیح و سالم باشید
پدربزرگ محمدابراهیم و مادربزرگ هدیه ـ بهشهر گرجی محله

برادر عزیزم، رضاجان، ۲۹ تیر، چهل و یکمین سالروز تولدت مبارک، امیدوارم مثل همیشه در کنار خانواده محترمتان زندگی شادتری را سپری کنید
برادرت، محمد رضوی ـ تهران

ساناز من، دختر گلم، خدا را هزاران بار شکر می‌کنم که چنین هدیه گرانبهایی نصیب ما کرده است، عزیزم سوم مرداد، هجدهمین سالروز میلادت مبارک، دوستت داریم بی‌نهایت
پدر و مادرت محسن و لیلا خاووشی ـ رامسر

همسر عزیزم، زهره جان، دوست دارم بدانی فقط در کنار تو زندگی برایم معنا می‌دهد و بی‌تو من هیچم، جانم فدایت، چهارم مرداد سالروز شکفتنت مبارک
همسرت، مهدی ندایی ـ رشت

همسر عزیزم، باتمام وجود دوستت دارم و تولدت را با تقدیم ۱۳۵۸ گل عشق تبریک می‌گویم و امیدوارم همیشه سایه‌ات بالای سر من و فرزند عزیزمان باشد
همسرت سولماز ـ هشترود

سرکار خانم فلاح مربی والیبال باشگاه شیرودی، از لطف و زحمات شما نسبت به شاگردانتان که همیشه مستمر بوده و هست بی‌نهایت سپاسگذاریم
شاگردانتان پانیذ و پارمیس ـ تهران

عروس عزیزم مائده جان، خواهر عزیزم سیده فاطمه و عباس آقا همسر عزیزم، تولدتان مبارک
سیده طاهره دریاباری ـ فیروزکوه

پسر عزیزتر از جانم، ابوالفضل جان، لمس بودنت را با تقدیم ۱۳۹۳ گل سرخ تبریک می‌گویم و امیدوارم همیشه لبت خندان و روزهایت شاد باشد
مامانت نیلوفر ـ هشترود

جناب آقای کریم ملکی، معاونت محترم فنی مجله اطلاعات هفتگی، بدینوسیله درگذشت یکی از بستگان عزیز خاندان را به جنابعالی و خانواده محترم سوگوار تسلیت می‌گویم
حبیب کریمی

همسر عزیزم، در ثانیه‌های بودنت می‌مانم، در فصل شکست‌خوردنت می‌مانم، یک سال نه ده سال چه فرقی دارد، تا لحظه دل سپردنت می‌مانم و دوستت دارم، ۲۳ تیر ماه سالگرد ازدواجمان مبارک
مسعود بابایی ـ قم

پسر مهربانم، محمد عزیز، هزاران بار خدا را شکر که چنین روزی را آفرید تا باغ جهان نظاره‌گر شکفته شدن گلی چون تو باشد ۴ مرداد آغاز زیبایی‌هاست تولدت مبارک
مادرت فرح وهاج ـ ملایر

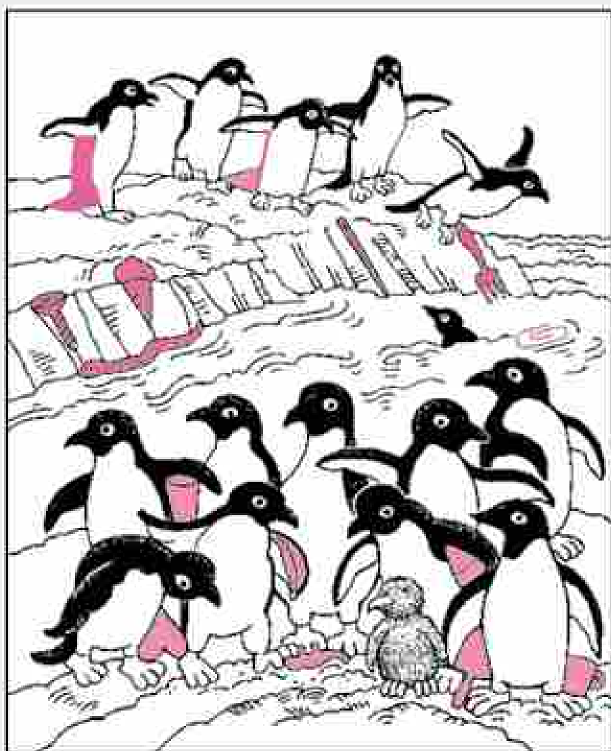
لاله من، همسر عزیزم، تو بهترینی، امید زندگی من، چهار مرداد بیست و هشتمین سالروز تولدت را با تقدیم ۲۸ سبد گل سرخ به شما تبریک می‌گویم، دوستت دارم
همسرت احمدرضا محسنی فر ـ تبریز

پاسخ های با هوش خود کلنجار بروید

بقیه از صفحه ۴۷

پاسخ شکلهای متشابه

پروانه های شماره ۴ و ۱۱ کاملا به یکدیگر مشابهند.



پاسخ شکلهای پنهان در تصویر پنگوئن ها

پیغامهای روشنایی

از: دکتر نوید خدادوست



فروردین

این روزها بیش از هر زمان دیگری به آرامش و استراحت ذهنی احتیاج دارید و خودتان هم خوب می‌دانید که چشم انتظاری، مقوله‌ای رنج آور است بخصوص اگر طولانی مدت شود، اما اینکه بدانید تنها نیستید از رنجتان خواهد کاست و اینکه بپذیرید حرکتهای ماندگار همیشه طولانی مدت و وابسته به تلاش و البته اضطراب هستند، پس مثله همیشه عاشقانه و پرقدرت عمل کنید تا به اطرافیانتان هم جان ببخشید.



اردیبهشت

با این موضوع که نگران تکرار مشکلی ریشه دار هستید، موافق نیستم، چون خودتان بارها دیده‌اید که این نوع اضطراب باعث بروز مشکل یا مسایل مشابه خواهد شد، طوری که ذهن امکان یافتن راه حل را هم نخواهد داشت، اما به این مسأله هم فکر کنید که این روزها لطف حضرت دوست را بسیار محسوس تر درک می کنید و توصیه می کنم ذهنتان را روی موضوعی متمرکز سازید که بدانید حرفی برای گفتن دارد و البته هنوز زمان برای عملی کردن ایده هایتان را دارید.



خرداد

به لطف حضرت حق همین که توانستید حس سنگین عقب ماندن از زندگی را از خود دور سازید بسیار ارزشمند است و نتایج طلایی آن را در آینده نزدیک و در ایجاد سرعت عملکردتان خواهید دید. اما امیدوارم مغرور نشوید و به خودتان گوشزد کنید که هر چیزی تاریخ مصرف دارد جز مهربانی بی‌چشمداشت. در مورد موضوع ذهنی‌تان هم خیالتان راحت باشد، چون به "او" توکل دارید!



تیر

اینکه این روزها پرامید هستید بسیار ارزشمند است، چون آینده برایتان روشن تر خواهد بود، اما مراقب باشید که در روند حرکتتان به نوعی عمل کنید که به کسی آسیب نرسد و بدانید که خیالپردازی بیش از حد مانند همه زیاده‌روی‌های انسان در نقشه‌هایی که اکنون در سر می‌پروانید خلل ایجاد خواهد کرد و حالا زمان آن رسیده که نگاهتان را زاویه ببخشید و تغییرات را خود ایجاد کنید.



مرداد

آن چیزی که در سر می‌پرورانید با شکلی که اجرا می کنید زمین تا آسمان متفاوت است، اما همین که می‌دانید که نقشه‌های ذهنی‌تان امکان اجرا دارند، بسیار قابل تامل است، به شرط آنکه باور کنید سختی‌ها ناشی از تجربه‌های بد گذشته هستند و کافیست تلاش کنید در آزمونها عامل تجربه دوباره تجربه نشود. در ضمن بدانید گاهی دور زدنها ما را از هدف دورتر می کند، پس احتیاط کنید.



شهریور

خودتان این روزها را با این تصور که بی‌دلیل خوشحال هستید نمی گذرانید و این یعنی به رشد فکری ارزشمندی رسیده اید، اما اینکه برای برخی مسایل دلیل روشن نمی‌یابید قابل تامل است، زیرا همیشه عقل و منطق پاسخ سوالهای را نمی‌یابند و آنگاه است که باید به گزینه دیگری به نام احساس هم اندیشید. در مورد حضور دیگران هم راهی را نروید که قبلاً رفته‌اید چون می‌دانید چه مشکلاتی به سمتتان می آید.



مهر

حضور "او" را شیرین تر از همیشه حس می کنید و روزهای فوق العاده‌ای را پیش رو خواهید داشت و البته که تغییرات متفاوتی را هم در رفتارتان دیده‌اید، اما توجه داشته باشید که حرکت رو به جلو پلکهای گشوده می‌خواهد و نمی‌شود مسایل را با اطمینان، ولی از سر بی توجهی پیش برد. در مورد حرکت ذهنی‌تان هم اینکه همه جوانب را بررسی کرده‌اید، خوب است به شرط آنکه وقتی در مرحله اجرا قرار می گیرید کنترل بر اوضاع را فراموش نکنید.



آبان

برای سوالی که ذهنتان را درگیر خود کرده به دنبال پاسخ نباشید، چون خوب می‌دانید که وقتی شرایط به نفع ما تمام خواهد شد که جسم و ذهن ما آماده پذیرایی از هر واکنشی باشد اما همین که سعی می کنید هدفهای کوتاه مدت را پیش ببرید جای شکر دارد، هرچند که می‌دانید در این مسیر نباید از بیان احساساتان بترسید و سعی کنید عکس العملهای را قبل از وقوع به مثبت و منفی تفکیک نکنید.



آذر

تا زمانی که زندگی را پیچیده نبینید، همه چیز خوب پیش می‌رود، بنابراین جای نگرانی نیست، اگر به سختی‌ها هم بخندید و آنقدر ذهنتان را درگیر موضوعی نکنید که حتی اگر اجرا نشد، شما واکنش منفی را داشته باشید. در مورد سوالتان هم باید بگویم. تقسیم کردن تنها به وجوه مثبت ختم نمی‌شود و وقتی حرکتی را در ذهن داریم، بهترین کار این است که خودمان را جای طرف مقابل هم بگذاریم.



دی

یک مشکل نه چندان پیچیده را که ذهنتان به آن شاخ و برگ داده بود، ختم به خیر کردید، اما این تمام ماجرا نیست! و حالا باید از خودتان بپرسید از دیگران چه می‌خواهید و برداشتهایتان از آنها تا چه حد به واقعیت نزدیک بوده؟ پس حالا بدانید که هیچ اتفاق بزرگی در زندگی‌مان رخ نخواهد داد، مگر اینکه بپذیریم خواسته‌ها همیشه دو وجه دارند، "ما" و "دیگران"!



بهمن

در ماجرایی که ذهنتان را درگیر کرده است، به زودی گره گشایی خواهد شد، به شرط آنکه بدانید، نباید به مسایل تکیه محض کنید، البته تکیه کردن به کسی برای حمایت، چیز بدی نیست، اما وابستگی تا حدی که تبدیل به تنها عامل ثبات و شادی شود نادرست است و امیدوارم بپذیرید که بین حمایت و احتیاج فاصله بسیار است و برای تاثیر گذاشتن بر دیگران نباید افراط کرد که نتیجه عکس خواهد داد.



اسفند

خوب می‌دانم که این روزها هیچ شباهتی با گذشته نزدیکتان هم ندارد! ولی شما هم بدانید که اگر به اطرافتان نگاهی دقیق تر بیندازید، هر کدام از عوامل مسیر خودشان را می‌روند و در این گیر و دار ما نباید خودمان را به دیگران ثابت کنیم، بلکه کافیست فاصله واقعیت و حقیقت را بشناسیم و سعی داشته باشیم مسئولیت خودمان را درست انجام دهیم، حتی اگر هیچ کس متوجه آن نشود!

ظلم ایمان را می لغزاند و خوبی را سلب می کند

● امام علی(ع)



استرالیا: دختربچه‌ای در حال تماشای آتش بازیهای جشن ملی استرالیا است. از ویژگیهای خاص این جشن این است که تنها روزی است که استفاده از آتشبازی در استرالیا بلامانع است.



انگلستان: یکی از بازدیدکنندگان خردسال نمایشگاه بزرگ لگوی حیوانات در حال تماشای این پرنده است که تماما از لگو ساخته شده. این نمایشگاه خاص، میزبان آثار هنرمندان بود و همه آثار شامل حیوانات کوچک و بزرگی بودند که افراد و خصوصا کودکان می‌توانستند از آن دیدن کنند.



اندونزی: تعدادی از مردم در لبه داخلی دهانه آتشفشان "برومو" جمع شده‌اند و سعی می‌کنند با تور، اشیایی را که به داخل دهانه پرتاب می‌شود شکار کنند. عده‌ای از مردم شهر پروبولینگو در اندونزی، نذرهای خود را به دهانه آتشفشان برومو می‌اندازند. این نذرها شامل پول، میوه، گوسفند و غیره است و فقرایی که در شرایط نامساعدی زندگی می‌کنند، با رفتن به داخل دهانه سعی می‌کنند با چوبدستی و تور تعدادی از نذرها را قبل از اینکه توسط آتشفشان بلعیده شوند شکار کنند.



دریای مدیترانه: غوّاصان فرانسوی در حال بررسی لاشه یک هواپیمای قدیمی هستند که در درگیریهای سال ۱۹۴۴ در جنگ جهانی دوم در مدیترانه سقوط کرده است. آنها همه آثار به جا مانده از جنگهای جهانی را برای یافتن هر نوع اثر باقی مانده از سربازان بررسی می‌کنند تا بتوانند با آزمایش دی‌ان‌ای هویت آنها را پیدا کنند.



اسپانیا: دو نفر از فعالان حقوق بشر از مجسمه ۶۰ متری کریستف کلمب در شهر بارسلونا بالا رفتند و یک جلیقه نجات بزرگ را دور دستان مجسمه بستند که رویش عبارت "با آغوش باز" نوشته شده بود. این حرکت برای جلب توجه و درخواست کمک هر چه بیشتر کشورها و ملتها به پناهجویان و مهاجرانی بود که از سمت دریای مدیترانه به کشورهای اروپایی می‌آیند، چرا که خیلی از آنها در مسیر و بخصوص در آبهای مدیترانه جان خود را از دست می‌دهند.



ترکیه: بعد از انتشار خبر احتمال وقوع طوفان سهمگین و خطرناک در شهر استانبول، یک پیک موتوی با پوشیدن چند کارتن مقوایی از خودش در برابر خطر پرتاب اشیاء توسط باد محافظت کرده است تا با خیال راحت کارش را انجام دهد!

سیاسی

بقیه از صفحه ۷

مشکلات پیش روی لبنان

می‌شود که می‌بینیم از دیدگاه غرب یک جریان بازدارنده در برابر پروژه‌های غربی صهیونیستی در منطقه با عنوان محور مقاومت وجود دارد. غرب برنامه کاری یکپارچه خود در منطقه را مبارزه با این محور قرار داده است.

سعد حریری البته باید بداند که در سهل‌انگاری در روند تشکیل دولت کاملا فارغ البال نیست و گروههای سیاسی لبنان با اتحاد خود می‌توانند او را از مأموریت تشکیل کابینه خلع کنند. این اتفاق می‌تواند از طریق تهیه نامه توسط ۶۵ نماینده پارلمانی صورت گیرد که در صورت موافقت میشل عون، رئیس‌جمهور لبنان شخصیت جدیدی مامور تشکیل کابینه می‌شود. این اتفاق با توجه به ساختار کرسی‌های پارلمانی در دوره جدید دور از انتظار نیست.

در صورت تعیین فرد دیگری برای تشکیل کابینه حتی اگر جریانهای وابسته به ۱۴ مارس نخواهند در دولت حضور داشته باشند، این فرد با تکیه بر آراء اکثریت پارلمانی می‌تواند دولت اکثریت را در کشور تشکیل دهد. چنین دولتی از همگرایی بیشتری برخوردار است و می‌تواند پرونده‌های فراروی لبنان را با سرعت بیشتری حل و فصل کند و همزمان به روند مبارزه با رویکردها و افراد و سیستمهای فاسد در کشور همت بگمارد.

داستان زندگی

بقیه از صفحه ۱۵

ویرانگر

می‌خواد که عشق تو به من این انگیزه رو میده. بهت قول میدم آقا سینا که دیگه سراغ این لعنتی نرم"!

***

فرشته خانم حدود سه ماه در درمانگاه بستری شد. پدر از صبح به دیدنش می‌رفت و خواهر وبرادرم و لادن و حتی بچه‌هایم نیز به ملاقاتش رفتند و آنقدر به او انگیزه و عشق دادند تا بالاخره ترک کرد. من اما در این یک سال که از لادن و از خانواده‌ام و از زندگی جدا شده‌ام، دیگر هیچکس را ندارم. اوایل فکر می‌کردم اگر خانه را به نام زن و فرزندانم کنم، شاید آنها گناه مرا ببخشند، اما اشتباه می‌کردم. آخرین بار لادن به من گفت "حالم ازت بهم می‌خوره" وفرزندانم نیز دیگر به من سلام هم نمی‌کنند!حتی مریم نیز وقتی فهمید می‌خواهم هر شب به خانه‌اش بروم، خیلی راحت گفت: "من حوصله‌ات رو ندارم، اگر مثل سابق هر چند روز یک بار میای و بعد از چند ساعت میری قدمت روی چشم...، وگرنه من مهمان زیاد دارم، تحمل داری؟"!و اینگونه بود که آخرین میخ نیز بر تابوت شخصیتم کوبیده شد. حالا من مانده‌ام و آینده‌ای که با دست خودم خرابش کردم؛ به خاطر یک اندیشه ویرانگر...

نگاه

بقیه از صفحه ۳۹

پلکهای محجوب لادن و انفجارش

فکر می‌کرد کسی دوستش ندارد و به او محل نمی‌گذارند. در جور دیگر اگر برای کسی کاری اضافی می‌کنیم، بلدیم چه کنیم که کارمان به معنی لطف باشد نه انجام وظیفه.

مثال: هر روز دوستت را سر راه به اداره میرسانی. روزی کاری برایت پیش می‌آید و او را نمیرسانی. بعد هزاربار از او عذر می‌خواهی و بعدش در او توقع ایجاد می‌شود که تو باید هر روز او را برسانی اگر نرسانی، خطاکاری. جور دیگری‌ها اگر دستشان برسد، حتماً کمک می‌کنند اما نه طوری که گیرنده با منّت آن لطف را بپذیرد. در جور دیگر به ناسپاسها لطف عام می‌شود نه لطف خاص. زبان نرم و شیرین از ویژگی‌های مردمان جور دیگر است. زن و شوهرهای این جزیره به زبانی که "هِیَ أحسن"است با هم حرف می‌زنند: "مرسی عزیزم شما چرا زحمت کشیدین. می گفتین خودم چایی می‌ریختم..." هنر تشویق کردن و نیکوسخنی قدرتی شگفت‌انگیز دارد. وقتی کسی به جای "بیشین" و "بتمرگ" بگوید "بفرمایین بشینین"، مخاطب هم مؤدبانه و قشنگ جواب می‌دهد. بچه‌ها هم از بزرگترها خوش‌سخنی را یاد می‌گیرند. این هنر یکی از وسایل مهم موفقیت است. کلام نازیبای پسر کوچک آخرین قطره‌ای بود که دیگ صبر و خودخوری لادن را ترکاند.

خبر خوش: لادن در را باز کرد. قرصها را سر جایش گذاشت. به اتاق برگشت و مشغول نوشتن شد. تمام حرفهایی را که بارها قورت داده بود، روی کاغذ ریخت و خودش را معرفی کرد: "منم ران مرغ دوست دارم. منم تو مهمونی‌ها دوست دارم کنار بقیه بشینم و حرف و خنده نشخوار کنم. منم دوست دارم کتاب و مجله بخونم. دوست دارم خودم باشم..." خانواده و فامیلهایش وقتی که دیدند خودش را اینطور معرفی کرد، گفتند به‌به... از آشنایی با شما خوشوقتیم...

نکته: خودت را هرطور معرفی کنی، با تو همانطور رفتار می‌کنند.

قصه هفته

بقیه از صفحه ۴۱

سرگردان در کوی عشق

باز هم او را معاینه کردم. کاملاً مُرده بود. پس چه کسی پلکش را بسته بود؟ شتابان بیرون آمدم. فرجی در آشپزخانه بود. دلم نیامد خبر را بدهم. فقط گفتم فکر کنم حال خانم خوب نیست. گفت: "الان بهش سر می‌زنم. تو برو بخواب. دیروقته."

در اتاقم دل توی دلم نبود که وقتی فرجی بفهمد عشقش سکته کرده، چقدر ناراحت می‌شود. منتظر بودم صدای گریه‌اش را بشنوم، ولی هیچ صدایی نمی‌آمد. هر کار می‌کردم، خوابم نمی‌برد. از راهرو صدایی شنیدم. آهسته لای در را باز کردم. چشمم به هارسکیِ وحشی و هار افتاد که سمت اتاقم می‌دوید. زود در را بستم. هارسکی جلو اتاقم ایستاد و به در پنجه کشید. چند دقیقه بعد صدای پای فرجی را شنیدم. گوشم را به در چسباندم. هارسکی همراه فرجی رفت. مدتی گذشت. مطمئن شدم هارسکی آنجا نیست. در را باز کردم. فرجی را دیدم که از سمت چپ انتهای راهرو می‌آمد. مهرانگیز هم با او بود. اما با ویلچر نبود. خودش راه می‌رفت. هارسکی سمت من دوید. آهسته در را بستم و از سوراخ کلید نگاه کردم. فرجی و مهرانگیز از جلو در گذشتند. دست مهرانگیز قابلمه آش‌رشته بود. داشتم از کنجکاوی جوش می‌آوردم. ساعتی گذشت و از داخل ساختمان صدایی نمی‌شنیدم، ولی در حیاط صداهایی می‌آمد. سعی کردم از پنجره چیزی ببینم. به جایی دید نداشتم. صداها مثل بیل‌زدن بود. صدای گریه هم می‌آمد. جرأت نکردم به حیاط بروم. هارسکی داشت پرسه می‌زد.

صبح با کسالت بیدار شدم. زود رفتم پایین. فرجی بیدار بود. بوی چای تازه‌دم می‌آمد. برای مهرانگیز سینی صبحانه آماده کرده بود. سلام کردم. گفت: "این سینی رو ببر واسه خانم." تعجبم را که از دیشب گریبانم را گرفته بود، قایم کردم و سینی را به اتاق خانم بردم. از دیدنش شاخ درآوردم. زنده بود. امکان ندارد. گفتم: "شما خوبین؟" گفت: "چرا بد باشم؟" گفتم: "هیچی!" خواستم برایش لقمه بگیرم. دستم را رد کرد و خودش صبحانه‌اش را خورد. گفتم: "شکر خدا حالتون از دیشب خیلی بهتره." بلند شدم و داروهایش را آوردم. گفت: "من دیگه دارو نمی‌خوام. حالم خوبه. وجود تو هم دیگه توی این خونه لزومی نداره." فرجی داخل شد. مهرانگیز یا شاید ماندانا گفت: "این پرستار رو اخراج کن. زیادی جوون و کم‌تجربه‌س."

باغبان حساب کتابم را کرد و به دستور فرجی انعام خوبی هم داد و گفت به سلامت. گفتم: "هارسکی بازه" گفت: "بسته‌س." وقتی از حیاط می‌گذشتم، تکه‌ای از باغچه را دیدم که خاکش تازه بود. در خیابان به نامزدم پیام دادم ازدواجمان عقب افتاد چون اخراج شدم.

نخستین دروازه‌ی بالندگی، تهی شدن از دلبستگی‌هاست ● ارسطو

ناشتاخربزه نخورید!

خربزه میوه ای است که برای تامین آب بدن در تابستان مفید است اما محدودیت زمانی برای خوردن آن وجود دارد.اگر چه که خربزه، طالبی و گرمک به دلیل آب فراوان برای تامین آب بدن در تابستان بسیار کمک کننده هستند اما باید بدانید کی و چه موقع آنها را استفاده کنیم.

خواص خربزه

خربزه میوه‌ای شیرین است که انواع گوناگونی دارد و بهترین ان خربزه مشهد و گرمسار است. قسمتهایی که در غذا و پزشکی از خربزه استفاده می‌شود عبارتند از: میوه - تخم و پوست. خوردن این میوه، پیش از غذا بدن را می‌شوید و بیماری را از بدن ریشه کن می کند. این میوه از زینت های زمین است، آب آن از رحمت الهی و شیرینی آن از بهشت است.

این میوه سرشار از ویتامینهای(آ - ب ۱ - ب ۲ - ث - دی -) و املاحی مثل پتاسیم - فسفر - کلسیم و منگنز است.

این میوه به علت داشتن پتاسیم در درمان رماتیسم و بیماریهای کبدی نقش مثبتی داشته و در رشد کودکان و رفع ناراحتیهای افراد مسن اثر نافع دارد، ضمناً موجب فعال شدن کلیه‌ها و شستشوی خون از مواد زائد مثل اسید اوریک می‌شود..

این میوه، لذیذ، ملین، مدر، اشتها آور، دافع سودا، قلیایی کننده خون، عرق آور، تصفیه کننده خون، افزایش دهنده شیر مادر و مقوی است.

مصرف این میوه برای اشخاصی که به ناراحتیهایی نظیر: سوء هاضمه - زبری و سختی زبان - یرقان - استسقاء - کم خونی - زردی صورت - سوزش ادرار - سنگ کلیه و مثانه - کک و مک - آبریزش چشم - ورم های پوستی - ناراحتیهای رودهای و کبدی مبتلا هستند اثر درمانی دارد. این میوه به علت داشتن مواد قندی و آب زیاد اثر نیرو بخش در بدن داشته و موجب افزایش انرژی می‌شود. این میوه علاوه بر رفع خستگی و افزایش فعالیت سلولها سموم بدن را نیز دفع کرده و از سکته قلبی جلوگیری می کند و بر این اساسی ارزش حیاتی زیادی دارد. برای افراد مسن توصیه شده است که خوردن خربزه را هرگز فراموشی نکنند، زیرا به علت افزایش دادن سلولهای دستگاه گوارش باعث رفع سستی و بی‌حالی شده و خوراکی بسیار مفیدی برای اشخاصی است که در دوران نقاهت به سر می‌برند. خوردن این میوه برای بیماریهای رماتیسم و نقرس مفید است. مصرف این میوه، خنکی - شادابی و طراوتی خاصی در بدن ایجاد می کند. خربزه باعث افزایش شیر زنان می‌شود. خربزه ضد کم خونی است و عرق بدن را زیاد می کند. این میوه رنگ رخسار را روشن می کند و به هضم غذا کمک می کند.



مرهم گوشت خربزه برای تسکین درد و تورم چشم به کار می‌رود. اگر گوشت خربزه را له کنید و به صورت مرهم روی سوختگیهای سطحی پوست بدن بگذارید آن را معالجه خواهد کرد.

خوردن دم کرده پوست خشک خربزه به مقدار ۱۰ گرم در نیم لیتر آب سنگ مثانه را دفع می کند و قی آور قوی است.

خوردن مغز تخم این میوه برشته کرده، یک ماده غذایی مفید است که طبیعت گرم دارد و دارای خاصیت ادرار آور می‌باشد، نرم کننده سینه و زیاد کننده میلی جنسی است. خوردن ۲۰ گرم مغز تخم این میوه برای رفع سوزش ادرار مفید است .

مضرات خربزه

- خوردن خربزه به صورت ناشتا موجب گرفتگی شدید عضلات و تب های صفراوی می‌شود.
- بهترین زمان خوردن خربزه میان دو وعده غذای اصلی است.
- افرادی که کم خونی دارند خوردن خربزه را فراموش نکنند و افراد لاغر نیز در میان غذاها خربزه بخورند.
- مصرف خربزه برای معالجه بیماریهای کیسه صفرا، روماتیسم و بواسیر مفید و مالیدن پوست آن به صورت موجب جلا و شفاف شدن پوست می‌شود.
- با خوردن خربزه بیماریهای پنهان نیز خود را نشان می‌دهند و موجب می‌شود این بیماریها به موقع تشخیص و سریع تر درمان شوند.
- اضافه کردن پوست خشک خربزه به گوشت موجب پختن سریع تر گوشت می‌شود.

سمانه باقری - مشاور تغذیه و رژیم درمانی

در تابستان چای نعناع بنوشید

در روزهای گرم و بلند تابستان سراغ نوشیدنی‌های یخ‌دار نروید! یکی از بهترین نوشیدنی‌ها برای رفع عطش و حفظ تعادل بدن در این روزهای داغ، چای نعناع است. چای نعناع گرم مانع از گرمازدگی می‌شود.

چای برگ نعناع نه تنها خوش‌ طعم است بلکه خواص بسیاری نیز دارد. به عنوان مثال این نوشیدنی در روزهای گرم تابستان بدن را از درون خنک می کند.متخصصان آلمانی توصیه می کنند در طول یک روز گرم، هر از گاهی یکی دو جرعه چای نعناع بنوشید.در این روزها نوشیدن مایعات کافی برای حفظ تعادل بدن ضروری است. چای نعناع و آب‌میوه رقیق بنوشید و از نوشیدنی‌ها بسیار سرد و یخ‌دار پرهیز کنید. ورود مایعات بسیار سرد به درون دستگاه گوارش موجب تولید گرمای بیشتر در بدن می‌شود تا تعادل دما حفظ شود. در نتیجه تأثیر خنک کنندگی این نوشیدنی‌ها پایدار نیست.متخصصان به آنهایی که شب‌های تابستان خوب نمی‌خوابند هم توصیه می کنند به جای غذاهای سنگین، سالاد، سبزیجات، میوه یا ماست برای وعده عصرانه یا شام مصرف کنند و قبل از خواب دوش آب‌ولرم بگیرند. سالمندان و افرادی که اضافه وزن دارند هم باید تا جایی که می‌توانند از آفتاب مستقیم پرهیز کنند.

برای تهیه چای نعناع کافیست برگ تازه نعناع را خرد و آن را در آب‌جوش پنج تا ۱۰ دقیقه دم کنید.

